

LAPORAN INDIVIDU

PRAKTIK PENGALAMAN LAPANGAN

PPL UNY 2015

LOKASI SMP N 1 PRAMBANAN KLATEN

Jalan Raya Solo-Yogya km. 47 Kongklangan, Sanggrahan, Prambanan, Klaten



Disusun Oleh :

Leli Prastiwi

NIM. 12601241089

PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI

FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN

UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA

2015

LEMBAR PENGESAHAN LAPORAN INDIVIDU

Yang bertandatangan di bawah ini, menerangkan dengan sesungguhnya bahwa:

Nama : Leli Prastiwi
NIM : 12601241089
Fak/Jurusan/Prodi : FIK/POR/PJKR

telah melaksanakan Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) Tahun Akademik 2014/2015 di SMP Negeri 1 Prambanan Klaten mulai tanggal 10 Agustus sampai dengan 11 September 2015.

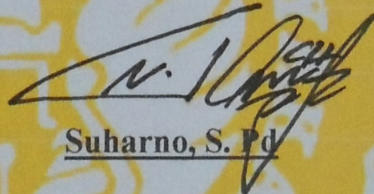
Sebagai pertanggungjawaban telah disusun laporan individu di SMP Negeri 1 Prambanan Klaten.

Klaten, 10 September 2015

Mengetahui,
Dosen Pembimbing

Guru Pembimbing


Tri Ani Hastuti, M. Pd

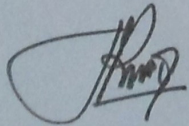

Suharno, S. Pd

NIP. 19720904 200112 2 001

NIP. 19620601 198703 1 009

Koordinator PPL sekolah

Kepala Sekolah


Sunardi, S. Pd


Titin Windiyarsih, M. Pd

NIP. 19591005 198603 1 015

NIP. 19671020 198903 2 011

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah, segala puji bagi Allah SWT, atas segala limpahan berkah rahmat, rahmat dan inayahnya kepada kita, sehingga laporan ini dapat tersusun secara tepat. Sholawat serta salam semoga selalu terlimpah kepada Rasulullah Muhammad SAW, semoga kita kelak mendapat syafa'at di yaumul akhir.

Laporan ini dibuat sebagai pertanggungjawaban atas pelaksanaan kegiatan PPL dan juga merupakan penjabaran kegiatan yang penulis laksanakan selama kegiatan PPL berlangsung. Harapannya setelah pelaksanaan PPL selesai, laporan ini dapat memberi manfaat dan melatih mahasiswa agar memiliki kemampuan yang berkaitan dengan proses belajar mengajar dan kegiatan yang berkaitan dengan pendidikan lainnya.

Penulis menyadari bahwa dalam melaksanakan kegiatan PPL dan penyusunan laporan ini tidak lepas dari partisipasi banyak pihak yang memberikan dukungan, bimbingan, dan bantuan. Oleh karena itu, pada kesempatan ini kami menyampaikan banyak terima kasih kepada:

1. Allah SWT yang telah memberikan kesehatan dan segala karunia-Nya sehingga penyusun dapat melaksanakan PPL dengan baik dan lancar.
2. Bapak Prof. Dr. Rachmad Wahab, M.Pd, M.A. selaku Rektor Universitas Negeri Yogyakarta.
3. Bapak Ismadi, M. A selaku DPL Pamong yang telah memberikan masukan serta pengarahan demi terlaksananya dan lancarnya kegiatan PPL.
4. Ibu Titin Windiyarsih, M. Pd selaku Kepala Sekolah SMP Negeri 1 Prambanan Klaten yang telah memberikan izin, sarana serta prasarana demi kelancaran kegiatan PPL.
5. Bapak Sunardi, S. Pd selaku koordinator PPL UNY 2014 di SMP Negeri 1 Prambanan Klaten yang telah bersedia memberikan pengarahan demi kepentingan dan kelancaran Praktik Pengalaman Lapangan.
6. Ibu Tri Ani Hastuti, M. Pd selaku Dosen Pembimbing PPL yang telah memberi saran dan masukan selama pelaksanaan PPL.
7. Bapak Suharno, S. Pd selaku guru Mata Pelajaran Penjasorkes sekaligus pembimbing yang telah memberikan masukan demi keberhasilan praktek pengajaran di kelas selama kegiatan PPL.
8. Bapak dan Ibu yang senantiasa memberikan dukungan dan doa demi kelancaran kegiatan PPL.

9. Seluruh Bapak/Ibu guru dan karyawan SMP Negeri 1 Prambanan Klaten yang telah dengan ikhlas membantu jalannya PPL.
10. Siswa-siswi SMP Negeri 1 Prambanan Klaten yang telah banyak membantu jalannya PPL, dan atas kritik dan saran yang sangat membantu penyusun untuk menjadi guru yang professional di masa mendatang.
11. Teman-teman PPL UNY 2015 SMP Negeri 1 Prambanan Klaten.
12. Semua pihak yang tidak bisa penyusun sebutkan satu-persatu.

Penyusun menyadari bahwa masih banyak kekurangan dalam pelaksanaan PPL serta penyusunan laporan ini. Oleh karena itu baik saran maupun kritik yang membangun sangat penyusun harapkan demi kesempurnaan laporan ini. Demikian laporan ini disusun semoga apa yang telah penyusun buat dapat bermanfaat untuk semua pihak.

Klaten, Agustus 2015

Penyusun

Leli Prastiwi

DAFTAR ISI

HALAMAN PENGESAHAN..... i

KATA PENGANTAR ii

DAFTAR ISI iv

ABSTRAK..... v

BAB I PENDAHULUAN

 A. Analisis situasi.....1

 B. Perumusan Program Kegiatan PPL.....4

BAB II PERSIAPAN, PELAKSANAAN DAN ANALISIS HASIL

 A. Kegiatan PPL

 1. Persiapan.....8

 2. Pelaksanaan.....12

 3. Analisis Hasil16

BAB III PENUTUP

 A. Kesimpulan.....19

 B. Saran.....20

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

ABSTRAK

Oleh :

Leli Prastiwi

12601241089

Praktek Pengalaman Lapangan (PPL) merupakan langkah strategis untuk melengkapi kompetensi mahasiswa calon tenaga kependidikan. Pada saat PPL ini mahasiswa diberikan kesempatan untuk mengaplikasikan teori-teori yang telah didapatkan dari bangku perkuliahan sekaligus mencari ilmu secara empirik dan bersifat faktual.

Kegiatan PPL ini dilaksanakan oleh mahasiswa kependidikan di Universitas Negeri Yogyakarta (UNY). Sekolah yang digunakan sebagai tempat praktik ini adalah SMP Negeri 1 Prambanan Klaten, yang dilaksanakan sejak tanggal 10 Agustus hingga tanggal 11 September 2015. Pelaksanaan PPL ini dilakukan dengan mengajar di kelas selama kegiatan pembelajaran di sekolah tersebut sesuai jadwal yang sudah ditentukan. Pengajaran di kelas pada kegiatan PPL ini diharapkan dapat dilakukan minimal 4 kali pertemuan. Dalam praktiknya praktikan dapat melakukan kegiatan pengajaran di kelas sebanyak 5 kali, sedangkan kelas yang diajar sebanyak 4 kelas, yaitu kelas VIII A, VIII B, VIII C dan VIII D. Metode yang digunakan dalam pengajaran di kelas antara lain, komando, resiprokal, dan TGfU (Teaching Game for Understanding). Untuk mendukung kegiatan pembelajaran digunakan media berupa gambar dan model. Terdapat banyak kendala selama waktu dilaksanakannya PPL, baik yang bersifat intern maupun ekstern, diantaranya dalam hal pengelolaan kelas, karena peserta didik terlalu gaduh.. Hal ini merupakan suatu kenyataan yang wajar bahwa anak usia SMP memang masih dalam tahap perkembangan yang demikian, permasalahan yang seperti inilah yang akan membuat praktikan berkembang menjadi lebih baik.

Dengan adanya kegiatan PPL, praktikan mendapat bekal pangalaman dan gambaran nyata tentang kegiatan dalam dunia pendidikan khususnya di sekolah. Diharapkan dapat tercipta tenaga kependidikan yang profesional dan berkualitas setelah diadakannya kegiatan PPL ini.

(Kata Kunci : PPL, pembelajaran, SMP)

BAB I

PENDAHULUAN

Sekolah merupakan bagian penting dalam proses pendidikan nasional. Perannya yang begitu besar untuk membentuk individu menjadi manusia yang dapat membangun moral bangsa. Universitas Negeri Yogyakarta sebagai bagian dari komponen pendidikan nasional yang sejak awal berdirinya telah menyatakan komitmennya terhadap dunia pendidikan salah satu perwujudannya adalah merintis pemberdayaan sekolah melalui program PPL.

SMP N 1 Prambanan Klaten merupakan salah satu sekolah yang di gunakan sebagai tempat mahasiswa UNY untuk PPL. Sebagai sekolah sasaran, diharapkan pasca program berakhir, SMP N 1 Prambanan Klaten lebih aktif dan kreatif dengan pendekatan menyeluruh diharapkan lingkungan sekolah menjadi tempat yang nyaman bagi siswa dalam mengikuti proses belajar mengajar karena dalam pendekatan dimensi kognitif,afektif, dan psikomotor siswa dapat mendapatkan kesempatan luas.

A. Analisis Situasi

Analisis situasi diperlukan untuk memperoleh data mengenai kondisi baik fisik maupun non fisik yang ada di SMP N 1 Prambanan Klaten sebelum melaksanakan kegiatan PPL. Tujuan analisis situasi ini adalah untuk menggali potensi dan kendala yang ada secara obyektif dan *real* sebagai bahan acuan untuk merumuskan program kegiatan. Untuk itu kami melakukan observasi sebelum pelaksanaan PPL. Berdasarkan hasil observasi yang telah dilaksanakan pada pra PPL pada tanggal 10 Agustus-11 September 2015 diperoleh data sebagai berikut:

- **Kondisi Fisik**

Secara geografis, letak SMP N 1 Prambanan Klaten cukup strategis karena berada di tepi Jalan Jogja-Solo sehingga mudah untuk dijangkau oleh alat transportasi. Secara rinci, SMP N 1 Prambanan Klaten berbatasan dengan;

1. Sisi utara berbatasan dengan Balai Desa Sanggrahan
2. Sisi barat berbatasan dengan SD N Sanggrahan 1
3. Sisi Selatan berbatasan dengan Jalan raya Jogja-Solo
4. Sisi Timur berbatasan dengan Persawahan

Di sekitar sekolah juga terdapat beberapa warung, pertokoan alat tulis, warnet (warung internet) dan tempat fotokopi yang dapat menunjang kegiatan pembelajaran siswa. Selain itu, sarana dan prasarana penunjang pembelajaran di SMP N 1 Prambanan Klaten yaitu adanya:

- a. Ruang kelas siswa yang terdiri dari:

- 1) 8 ruang kelas untuk kelas VII
- 2) 8 ruang kelas untuk kelas VIII
- 3) 8 ruang kelas untuk kelas IX
- b. Ruang laboratorium yang terdiri dari:
 - 1) Laboratorium IPA (Fisika dan Biologi)
 - 2) Laboratorium Komputer
 - 3) Laboratorium IPS
 - 4) Laboratorium Bahasa
- c. Ruang kantor yang terdiri dari:
 - 1) 1 ruang Kepala Sekolah
 - 2) 1 ruang Wakasek
 - 3) 1 ruang Waka Kurikulum
 - 4) 1 ruang Guru
 - 5) 1 ruang Tata Usaha
- d. Sarana dan prasarana penunjang lainnya terdiri dari:
 - 1) 2 ruang BK
 - 2) 1 ruang Perpustakaan
 - 3) 1 ruang UKS
 - 4) 1 ruang OSIS
 - 5) 1 Masjid
 - 6) 1 ruang Koperasi
 - 7) 2 ruang Gudang
 - 8) 1 Kantin
 - 9) 1 Aula
 - 10) Toilet
 - 11) 1 Lapangan Upacara
 - 12) 2 tempat Parkir Siswa
 - 13) 1 tempat Parkir Guru

- **Kondisi Non-Fisik**

- a. Potensi Siswa

Potensi siswa tergolong sedang. Meskipun *input* siswa di sekolah ini cenderung sedang, tetapi *output*-nya cenderung bisa bersaing dengan sekolah-sekolah lain. Hal ini didukung dengan diselenggarakannya berbagai kegiatan ekstrakurikuler sebagai program tambahan bagi siswa. Dan hasilnya banyak prestasi yang telah diraih oleh siswa SMP N 1 Prambanan Klaten meskipun masih banyak pada prestasi non akademik.

- b. Potensi Guru

Guru dengan jumlah 57 orang, terdiri dari 18 laki-laki dan 39 perempuan dengan 86 % sudah sertifikasi dan sudah memenuhi standar kompetensi sesuai bidang study masing-masing. Sudah cukup baik untuk proses pembelajaran.

c. Potensi Karyawan

Karyawan dengan jumlah 36 orang sudah cukup untuk menangani bidang-bidang sesuai dengan keahliannya. Namun kinerja para karyawan masih kurang, terbukti dengan tidak adanya penghargaan bagi karyawan berprestasi ataupun karyawan yang menunaikan tugas dan kewajibannya dengan baik.

d. Bimbingan Konseling

Ada 3 guru bimbingan konseling di SMP N 1 Prambanan Klaten yang masing-masing membimbing siswa tiap angkatan. Guru bimbingan konseling di sini terlihat sangat mengayomi siswa, sehingga siswa tidak segan untuk mengkonsultasikan masalahnya yang dapat mempengaruhi belajar siswa. Di sekolah ini, bimbingan konseling tidak menjadi mata pelajaran, sehingga guru bimbingan konseling hanya berada di ruang BK, menunggu siswa datang berkonsultasi. Guru BK juga berfungsi sebagai kontrol bagi siswa, beliau mengamati dan memberi surat panggilan pada siswa jika mengetahui ada siswa yang melakukan pelanggaran atau memang butuh mendapat nasihat. Secara umum, bimbingan konseling yang ada sudah bisa dikatakan berjalan sesuai fungsinya.

e. Organisasi dan Fasilitas OSIS

Pengorganisasian OSIS di SMP N 1 Prambanan Klaten sudah cukup baik, karena sie-sie yang dibentuk sudah cukup mewakili usaha peningkatan kualitas dan keterampilan peserta didik. Fasilitas yang ada cukup untuk kegiatan-kegiatan internal OSIS, namun untuk beberapa inventaris OSIS tahun ini sedikit kurang terawat, karena ruang OSIS dipindah untuk sementara waktu yang disebabkan sedang adanya renovasi.

f. Ekstrakurikuler

SMP N 1 Prambanan Klaten memiliki kegiatan ekstrakurikuler sebagai sarana penyaluran dan pengembangan minat dan bakat siswa-siswanya. Kegiatan ekstrakurikuler yang dilaksanakan di sekolah ini antara lain :

- 1) Kepramukaan
- 2) PMR

B. Perumusan Program dan Rencana Kegiatan PPL

Kegiatan PPL di sekolah mempunyai tujuan untuk meningkatkan potensi bakat dan minat siswa guna menunjang proses belajar mengajar meningkatkan kondisi lingkungan sekolah yang mendukung proses belajar mengajar.

Pelaksanaan kegiatan PPL di SMP N 1 Prambanan Klaten ini mempunyai beberapa manfaat, diantaranya:

1. Bagi pimpinan sekolah akan membantu meningkatkan pengelolaan sarana belajar mengajar yang efektif.
2. Bagi guru akan lebih membantu terciptanya situasi belajar mengajar yang efektif dan lebih aktif.
3. Bagi peserta didik dapat menyalurkan dan mengembangkan kreatifitas serta minat dan bakat lebih berkembang.
4. Bagi penyusun dengan program PPL diharapkan dapat membantu jiwa profesionalisme seorang tenaga kependidikan.

Adapun program PPL yang dilakukan antara lain :

1. Konsultasi dengan guru pembimbing
2. Penyusunan silabus
3. Penyusunan RPP
4. Konsultasi RPP yang sudah dibuat
5. Mencari bahan ajar
6. Membuat media pembelajaran
7. Administrasi pembelajaran
8. Praktek mengajar

Rancangan kegiatan PPL yang dilakukan sebagai berikut pada kegiatan PPL di SMP N 1 Prambanan Klaten. Kegiatan PPL UNY di SMP N 1 Prambanan Klaten dilakukan selama kurang lebih lima minggu terhitung mulai tanggal 10 Agustus sampai 11 September 2015. Adapun jadwal pelaksanaan kegiatan PPL di SMP N 1 Prambanan Klaten sebagai berikut:

1. Penyerahan mahasiswa PPL UNY.

Dilaksanakan pada tanggal 25 Februari 2015. Penyerahan mahasiswa PPL UNY dihadiri oleh seluruh mahasiswa PPL UNY, Dosen Pembimbing Lapangan Pamong, Koordinator PPL SMP N 1 Prambanan Klaten, Kepala Sekolah, Wakil Kesiswaan, Koordinator tata usaha dan perangkat beserta guru pembimbing mata pelajaran SMP N 1 Prambanan Klaten. Dalam hal ini mahasiswa praktik diserahkan resmi kepada pihak sekolah oleh Dosen Pembimbing Lapangan Pamong (DPL Pamong). DPL Pamong untuk SMP N

1 Prambanan Klaten adalah Bp. Ismadi, M. A dosen Fakultas Bahasa dan Seni UNY.

2. Kegiatan Observasi

Kegiatan ini berlangsung sebelum pelaksanaan PPL berlangsung yang dimulai dari tanggal 28 Februari 2015. Kegiatan Observasi dilakukan beberapa kali diantaranya yaitu sebelum pembelajaran mikro dimulai, dan sebelum penerjunan kembali di sekolah yaitu tanggal 10 Agustus 2015.

3. Pembekalan

Pembekalan PPL bertujuan untuk mempersiapkan materi teknis dan moril mahasiswa yang akan diterjunkan di lokasi PPL. Melalui pembekalan ini mahasiswa dapat memperoleh pengetahuan awal tentang guru, tanggung jawab, dan profesionalitas guru, sehingga diharapkan mahasiswa dapat mengatasi hambatan yang mungkin terjadi selama pelaksanaan PPL.

4. Penerjunan mahasiswa PPL

Penerjunan mahasiswa PPL UNY dilaksanakan pada tanggal 10 Agustus 2015 dalam hal ini, praktikan berkoordinasi dengan koordinator PPL sekolah dan wakil kepala sekolah mengenai kegiatan yang dilaksanakan selama pelaksanaan PPL. Dengan adanya penerjunan ini, maka secara otomatis mahasiswa praktikan dapat memulai PPL di SMP N 1 Prambanan Klaten.

5. Praktik Mengajar

Praktik mengajar ini merupakan inti dari kegiatan PPL. Tujuan dari kegiatan ini adalah agar mahasiswa memiliki ketrampilan mengajar yang meliputi persiapan mengajar baik persiapan tertulis maupun tidak tertulis, juga keterampilan melaksanakan proses pembelajaran di kelas yang mencakup membuka pelajaran, memberi apresiasi, menyajikan materi, memotivasi peserta didik pada saat mengajar, dan menutup pelajaran. Selain itu praktikan dapat belajar memberikan tugas, memberikan ulangan harian, mengoreksi, menilai, dan mengevaluasi. Dalam praktik mengajar ini mahasiswa masih dibimbing oleh guru pembimbing mata pelajaran sesuai dengan prodinya masing-masing (mengajar terbimbing).

6. Penyusunan laporan

Mahasiswa PPL wajib membuat laporan secara individu sebagai bentuk pertanggungjawaban atas terlaksananya kegiatan PPL. Penyusunan laporan ini dimulai sejak awal kegiatan PPL.

7. Evaluasi

Evaluasi merupakan penilaian yang diberikan kepada mahasiswa praktikan setelah melaksanakan PPL. Penilaian ini berasal dari penilaian proses dari

hasil pengamatan guru pembimbing yang selanjutnya akan diolah oleh Dosen Pembimbing Lapangan PPL.

8. Penarikan Mahasiswa PPL

Kegiatan penarikan mahasiswa dilaksanakan tanggal 11 September 2015, sedangkan perpisahan dan ucapan terimakasih kepada pihak sekolah khususnya kepada guru pembimbing yang telah senantiasa membimbing mahasiswa dalam melaksanakan program PPL dilaksanakan pada tanggal 11 September 2015. Penarikan mahasiswa ini menandai berakhirnya pelaksanaan PPL UNY.

BAB II

PERSIAPAN, PELAKSANAAN DAN ANALISIS HASIL

A. Persiapan

Kegiatan PPL merupakan kegiatan terpadu yang terintegrasi untuk mengembangkan kompetensi mahasiswa sebagai calon guru atau tenaga kependidikan. Oleh karena itu program kerja PPL lebih ditekankan pada pembentukan kemampuan mengajar dan managerial sekolah serta pemberdayaan masyarakat sekolah, pembuatan dan pengembangan media pembelajaran, pemberdayaan sarana dan prasarana sekolah.

Tujuan dari dilaksanakannya PPL adalah menunjukkan kondisi di lapangan sebenarnya dalam proses kegiatan belajar mengajar di kelas beserta permasalahan yang sering dijumpai dalam mengajar, dan mempraktikkan berbagai ilmu mengajar langsung di dalam kelas. Selain itu, bertujuan pula menambah kemampuan mahasiswa dalam menyampaikan materi pembelajaran dan meningkatkan mental serta teknik dalam menghadapi siswa di kelas.

Sebelum mahasiswa diterjunkan untuk melaksanakan PPL diadakan dipersiapkan berupa persiapan fisik maupun mentalnya untuk dapat mengatasi permasalahan yang akan muncul selanjutnya dan sebagai sarana persiapan program apa yang akan dilaksanakan nantinya, maka PPL membuat berbagai program persiapan sebagai bekal mahasiswa dalam melaksanakan PPL. Persiapan yang dilaksanakan adalah sebagai berikut :

Kuliah Pengajaran Mikro

Program ini dilaksanakan dengan dimasukkan dalam mata kuliah yang wajib tempuh bagi mahasiswa yang akan mengambil PPL pada semester berikutnya. Persyaratan yang diperlukan untuk mengikuti mata kuliah ini adalah mahasiswa yang telah menempuh minimal semester VI. Dalam pelaksanaan perkuliahan, mahasiswa diberikan materi tentang bagaimana mengajar yang baik dengan disertai praktek untuk mengajar dengan peserta yang diajar adalah teman sekelompok/*peer teaching*. Keterampilan yang diajarkan dan dituntut untuk dimiliki dalam pelaksanaan mata kuliah ini adalah berupa ketrampilan-ketrampilan yang berhubungan dengan persiapan menjadi seorang calon guru/pendidik.

Dalam pengajaran mikro mahasiswa dibagi menjadi kelompok kecil, kemudian ada yang menjadi guru dan ada yang menjadi peserta didik, setiap kesempatan maju menjadi guru berlangsung 10 menit (untuk keterampilan terbatas) sedangkan 15 menit (untuk keterampilan terpadu). Dalam waktu yang

relative singkat tersebut, mahasiswa belajar untuk mampu menyampaikan materi secara lugas, jelas, luwes dan menarik, meliputi seluruh proses pembelajaran, yaitu membuka pelajaran dan menyampaikan materi, serta menutup pelajaran.

Seperti dalam proses kegiatan belajar- mengajar nyata, sebelum maju ke depan mahasiswa menyiapkan Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP). RPP yang dibuat menjadi acuan bagi DPL untuk penilaian kesesuaian materi pelajaran, waktu, dan metode dengan praktik mengajar di depan. Setelah selesai mengajar, DPL memberikan masukan kepada mahasiswa serta memberikan contoh-contoh aplikasi serta metode cara mengajar yang sesuai dengan materi yang disampaikan. Dalam melaksanakan praktik pengajaran mikro, terdapat beberapa aspek mendasar yang harus dikuasai mahasiswa praktikan berupa keterampilan dasar mengajar, yaitu:

- Keterampilan membuka dan menutup pelajaran
- Keterampilan bertanya
- Keterampilan menjelaskan
- Keterampilan variasi interaksi
- Keterampilan memotivasi siswa
- Keterampilan memberikan ilustrasi dan penggunaan contoh-contoh
- Keterampilan mengelola kelas
- Keterampilan menggunakan isyarat
- Keterampilan memberikan penguatan
- Keterampilan menggunakan metode

Pembimbingan PPL

Pembimbingan untuk PPL diselenggarakan di sekolah, kegiatan ini memiliki tujuan untuk membantu kesulitan/permasalahan dalam pelaksanaan program PPL. Dilaksanakan sebanyak empat kali selama PPL. Di sini para praktikan sekaligus dapat belajar dan berbagi pengalaman dari rekan-rekan yang berpraktik mengajar di sekolah lain atau sebagai wahana bertukar pengalaman mengajar.

Observasi Pembelajaran Di Kelas

Dengan adanya penyerahan dari Universitas yang dilakukan oleh Dosen Pembimbing Lapangan (DPL) pada hari pertama observasi. Dengan adanya observasi mahasiswa tahu gambaran nyata di lapangan. Observasi dilakukan

selama tiga kali. Dalam observasi pembelajaran di kelas diharapkan mahasiswa memperoleh gambaran pengetahuan dan pengalaman pendahuluan mengenai tugas-tugas seorang guru di sekolah. Dalam observasi ini mahasiswa melakukan pengamatan dalam perangkat pembelajaran seperti persiapan pembelajaran, rencana pelaksanaan pembelajaran, silabus maupun satuan pembelajaran. Selain itu mahasiswa juga melakukan pengamatan dalam proses pembelajaran meliputi:

- a. Perangkat Pembelajaran
 - Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP)
 - Silabus
- b. Proses Pembelajaran
 - Membuka pelajaran
 - Penyajian materi
 - Metode pembelajaran
 - Penggunaan bahasa
 - Penggunaan waktu
 - Gerak tubuh
 - Cara memotivasi siswa
 - Teknik bertanya dan menanggapi pertanyaan
 - Teknik penguasaan kelas
 - Penggunaan media pembelajaran
 - Bentuk dan cara evaluasi
 - Menutup pelajaran
- c. Perilaku Siswa
 - Perilaku siswa di dalam kelas
 - Perilaku siswa di luar kelas

Pembuatan persiapan mengajar (Rencana Pelaksanaan Pembelajaran)

Sebelum mengajar mahasiswa PPL harus mempersiapkan administrasi dan persiapan materi, serta media yang akan digunakan untuk mengajar agar proses pembelajaran dapat berjalan dengan baik dan lancar sesuai dengan rencana dan harapan. Persiapan-persiapan tersebut antara lain:

1. Pembuatan rencana pelaksanaan pembelajaran yang berisi rencana pembelajaran untuk setiap kali pertemuan. Pembuatan media, sebelum melaksanakan pembelajaran yang sesuai dan dapat membantu pemahaman siswa dalam menemukan konsep, yang dapat berupa objek sesungguhnya ataupun model.

2. Diskusi dan konsultasi dengan guru pembimbing yang dilakukan sebelum dan sesudah mengajar.

B. Pelaksanaan Program PPL

1. Penyusunan Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP)

Penyusunan Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) dibuat berdasarkan materi pembelajaran yang akan disampaikan dalam praktik mengajar di kelas. Adapun proses penyusunan RPP adalah sebagai berikut :

- a. Mahasiswa membuat rencana pelaksanaan pembelajaran (RPP) sesuai dengan format yang telah ditentukan
- b. Rencana pelaksanaan pembelajaran (RPP) yang telah tersusun dikonsultasikan dengan guru pembimbing.

Proses penyusunan RPP tersebut digunakan sebagai pedoman pengajaran dan diharapkan mahasiswa praktikan dapat menyampaikan materi pelajaran sesuai dengan yang diharapkan.

2. Penyusunan Sistem Penilaian

Penyusunan sistem penilaian sesuai dengan yang diperintahkan oleh guru pembimbing yaitu setiap RPP diberikan acuan penilaian ketuntasan belajar siswa.

3. Praktik Mengajar

Pelaksanaan PPL dilakukan dengan praktik mengajar di kelas yang bertujuan untuk mengaplikasikan ilmu yang telah dipelajari selama perkuliahan dan merupakan kegiatan pokok pelaksanaan PPL. Sehingga mahasiswa terlibat langsung dalam proses pembelajaran di kelas.

Selama praktik mengajar, mahasiswa mendapatkan bimbingan dari guru pembimbing mata pelajaran. Sebelum mengajar, praktikan konsultasi dengan guru pembimbing dan setelah selesai mengajar pada setiap pertemuan, guru memberikan evaluasi serta masukan-masukan agar mahasiswa praktikan dapat melaksanakan lebih baik dan kekurangan yang ada dapat diperbaiki.

Beberapa hal yang berkaitan dengan praktik mengajar antara lain:

1. Melakukan persiapan mengajar baik materi, media maupun mental.
2. Memilih metode yang sesuai dengan materi yang akan diajarkan.
3. Memberikan evaluasi kepada peserta didik, serta evaluasi terhadap proses belajar mengajar.
4. Membuat hasil analisis ulangan harian.

Sebelum mengajar hal yang penting untuk diperhatikan dalam pembuatan rencana pelaksanaan pembelajaran (RPP). Berikut ini rincian kegiatan belajar mengajar yang tersusun dalam RPP serta dilaksanakan setiap pertemuan meliputi :

- 1. Pendahuluan
 - a. Menanyakan kehadiran
 - b. Memberikan apersepsi
 - c. Menyampaikan tujuan pembelajaran
- 2. Kegiatan Inti
 - a. Mengamati
 - b. Menanya
 - c. Mencoba
 - d. Mengeksplorasi
 - e. Mengkomunikasi
- 3. Penutup
 - a. Memberikan kesimpulan materi
 - b. Memberikan tugas kepada peserta didik
 - c. Evaluasi pembelajaran

Dalam praktek mengajar, praktikan mengampu 4 kelas yaitu, VIII A, VIII B, VIII C dan VIII D. Jadwal harian mengajar adalah sebagai berikut:

No	Hari/ tanggal	Waktu	Jenis kegiatan	Keterangan
1.	Selasa, 11 Agustus 2015	07.00- 09.00	Mengajar kelas VIII A	Mengajar materi teori dan praktik atletik lompat jauh gaya menggantung (<i>hang style</i>).
2	Selasa, 11 Agustus 2015	09.15- 11.15	Mengajar kelas VIII B	Mengajar materi teori dan praktik atletik lompat jauh gaya menggantung (<i>hang style</i>).
3	Kamis, 13 Agustus 2015	07.00- 09.00	Mengajar kelas VIII C	Mengajar materi praktik dasar gerak sepakbola : kontrol, <i>passing</i> , dan <i>dribling</i> menggunakan

				<p>kaki dalam. memberikan tugas tentang langkah-langkah melakukan kontrol, <i>passing</i>, dan <i>dribling</i> menggunakan kaki bagian dalam yang benar.</p> <p>Mengambil penilaian.</p>
4.	Kamis, 13 Agustus 2015	09.15-11.15	Mengajar kelas VIII D	<p>Mengajar materi praktik dasar gerak sepakbola : kontrol, <i>passing</i>, dan <i>dribling</i> menggunakan kaki dalam. memberikan tugas tentang langkah-langkah melakukan kontrol, <i>passing</i>, dan <i>dribling</i> menggunakan kaki bagian dalam yang benar.</p> <p>Mengambil penilaian.</p>
5.	Selasa, 18 Agustus 2015	07.00-09.00	Mengajar kelas VIII A	<p>Mengajar materi praktik dasar gerak sepakbola : kontrol, <i>passing</i>, dan <i>dribling</i> menggunakan kaki dalam. memberikan tugas tentang langkah-langkah melakukan kontrol, <i>passing</i>, dan <i>dribling</i> menggunakan kaki bagian dalam yang benar.</p> <p>Mengambil penilaian.</p>
6.	Selasa, 18	09.15-	Mengajar	Mengajar materi praktik

	Agustus 2015	11.15	kelas VIII B	dasar gerak sepakbola : kontrol, <i>passing</i> , dan <i>dribling</i> menggunakan kaki dalam. memberikan tugas tentang langkah- langkah melakukan kontrol, <i>passing</i> , dan <i>dribling</i> menggunakan kaki bagian dalam yang benar. Mengambil penilaian.
7	Kamis, 20 Agustus 2015	07.00- 09.00	Mengajar kelas VIII C	Mengajar mari praktisi lari jarak pendek (sprint) : <i>start</i> , sikap lari, <i>finish</i> . Mengambil Penilaian
8.	Kamis, 20 Agustus 2015	09.15- 11.15	Mengajar kelas VIII D	Mengajar mari praktisi lari jarak pendek (sprint) : <i>start</i> , sikap lari, <i>finish</i> . Mengambil Penilaian
9.	Selasa, 25 Agustus 2015	07.00- 09.00	Mengajar kelas VIII A	Mengajar materi permainan bola voli <i>passing</i> bawah. Mengambil Penilaian
10	Selasa, 25 Agustus 2015	09.15- 11.15	Mengajar kelas VIII B	Mengajar materi permainan bola voli <i>passing</i> bawah. Mengambil Penilaian
11	Kamis, 27 Agustus 2015	07.00- 09.00	Mengajar kelas VIII C	Mengajar materi praktik lari jarak menengah (1500m)

12	Kamis, 27 Agustus 2015	09.15- 11.15	Mengajar kelas VIII D	Mengajar materi praktik lari jarak menengah (1500m)
----	------------------------------	-----------------	--------------------------	---

C. Analisis Hasil

Secara umum Mahasiswa PPL dalam melaksanakan PPL tidak banyak mengalami hambatan yang berarti justru mendapat pengalaman dan dapat belajar untuk menjadi guru yang baik dengan bimbingan guru pembimbing masing-masing di sekolah. Adapun hambatan-hambatan yang muncul dalam pelaksanaan kegiatan PPL adalah sebagai berikut:

1. Hambatan Saat Menyiapkan Materi Pelajaran

Saat menyiapkan materi pelajaran, hal-hal yang menghambat antara lain karena mahasiswa praktikan, baru mengetahui mata pelajaran apa yang akan diajarkan beberapa hari sebelum proses mengajar berlangsung, hal ini dikarenakan adanya perubahan mata pelajaran yang mendadak, sehingga mahasiswa PPL terpaksa menyiapkan materi yang akan diajarkan mendadak, disamping itu referensi buku yang minim sehingga mahasiswa PPL harus mencari sumber ajar ke perpustakaan dan internet.

Solusi yang dilakukan pada saat menyiapkan materi adalah Materi pelajaran disiapkan dengan mengacu kepada buku-buku acuan yang diperoleh dari perpustakaan sekolah, perpustakaan di kampus dan juga sumber dari intenet.

2. Hambatan Dari Peserta Didik

Jadwal pelajaran yang berada pada jam-jam akhir yaitu jam ke- 4-6 untuk kelas VIII B dan VIII D sehingga peserta didik kurang konsentrasi dalam mengikuti pelajaran, ada beberapa peserta didik yang merasa jenuh dan merasa kelelahan.

Hal ini membutuhkan penanganan yang lebih intensif, berimbas kepada penyampaian materi yang diberikan oleh mahasiswa praktikan. Perilaku peserta didik yang sulit dikendalikan sehingga memerlukan penanganan khusus dalam proses pembelajaran dan memerlukan kesabaran dalam penyampaian materi yang diajarkan. Disini guru harus bisa memahami karakter peserta didiknya dan harus bisa menjadi teman, orang tua serta guru itu sendiri sesuai dengan kondisi yang sedang berlangsung.

Peserta didik yang merasa jenuh dan kelelahan dapat diantisipasi dengan guru harus mempunyai strategi pembelajaran yang menarik, seperti menyuruh peserta didik untuk cuci muka dahulu atau istirahat untuk sholat, memberikan sedikit cerita dan motivasi yang masih berhubungan dengan materi atau jurusannya. Hal ini menjadikan penyampaian materi dari praktikan tidak menjadikan masa.

3. Hambatan Dari Sekolah

Hambatan dari sekolah secara umum terletak pada minimnya sarana dan media pembelajaran yang dimiliki. Hambatan ini menjadikan kondisi proses belajar mengajar menjadi kurang kondusif.

Sejauh peran yang diberikan sekolah antara lain menyangkut kesiapan untuk mengajar, pembuatan administrasi guru, dan lain sebagainya. Adapun yang menyangkut dari segi kondisi ruangan dan minimnya media pembelajaran, praktikan berusaha untuk mengajar dengan menggunakan media yang ada dan media yang dibuat sendiri sehingga pembelajaran berlangsung lebih efektif.

D. Refleksi Pelaksanaan PPL

Berdasarkan hasil dari analisis pelaksanaan praktek pengalaman lapangan (PPL) maka mahasiswa PPL banyak mendapatkan pengalaman berharga, baik dalam hal mengajar di kelas dan sosialisasi di luar kelas. Praktik mengajar memberikan gambaran langsung mengenai proses pembelajaran yang merupakan pengaplikasian dari teori dan praktik yang didapatkan di perkuliahan. Selain itu, cara berinteraksi dengan peserta didik dan cara penyampaian materi yang baik, pengelolaan kelas dan lain sebagainya juga penting untuk peningkatan kompetensi yang harus dimiliki oleh mahasiswa calon pendidik. Oleh karena itu, praktek pengalaman lapangan ini, hendaknya dapat dilaksanakan dengan maksimal dan optimal.

Penguasaan materi bagi seorang guru juga sangat penting, karena dengan penguasaan yang baik maka penyampaian materi pun dapat lebih jelas diterima oleh peserta didik. Dalam mengajar di kelas, metode pembelajaran yang diterapkan harus sesuai dengan kondisi peserta didik. Karena tidak semua peserta didik dapat dikondisikan dengan berbagai metode mengajar.

Secara umum, hasil yang diperoleh mahasiswa dalam praktek PPL di sekolah ini adalah mahasiswa dapat belajar dan mengerti mengenai pelaksanaan kegiatan belajar dan pengelolaan kelas.

BAB III

PENUTUP

A. KESIMPULAN

Setelah dilaksanakannya kegiatan Praktek Pengalaman Lapangan (PPL) di SMP Negeri 1 Prambanan Klaten, maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Seluruh kegiatan PPL mendapatkan dukungan sepenuhnya dari pihak sekolah dengan memberikan berbagai fasilitas berupa bahan dan alat kerja sehingga pelaksanaan kegiatan dapat berjalan dengan lancar tanpa adanya masalah yang berarti. Dukungan moril maupun materiil diberikan oleh pihak sekolah dengan sepenuhnya, dan sekolah sangat antusias atas pelaksanaan kegiatan tersebut.
2. Praktek Pengalaman Lapangan (PPL) merupakan suatu sarana bagi mahasiswa UNY untuk dapat menerapkan langsung ilmu yang telah diperoleh di bangku kuliah dengan program studi atau konsentrasi masing-masing. Dengan terjun ke lapangan maka kita akan berhadapan langsung dengan masalah yang berkaitan dengan proses belajar mengajar di sekolah baik mengenai manajemen sekolah maupun manajemen pendidikan dan akan menuju proses pencarian jati diri dari mahasiswa yang melaksanakan PPL tersebut.
3. Praktek Pengalaman Lapangan (PPL) akan menjadikan mahasiswa untuk dapat mendalami proses belajar mengajar secara langsung, menumbuhkan rasa tanggung jawab dan profesionalisme yang tinggi sebagai calon pendidik dan pengajar.
4. Keberhasilan proses belajar mengajar tergantung kepada unsur utama (guru, peserta didik, orang tua dan perangkat sekolah) ditunjang dengan sarana dan prasarana pendukung.

B. SARAN

1. Bagi Pihak SMP Negeri 1 Prambanan Klaten

- a. Agar lebih meningkatkan hubungan baik dengan pihak UNY yang telah terjalin selama ini sehingga akan timbul hubungan timbal balik yang saling menguntungkan.

- b. Program yang dijalankan secara berkelanjutan hendaknya tetap dijaga dan dilanjutkan serta dimanfaatkan semaksimal mungkin dan seefektif mungkin.
- c. Untuk dapat menambah sarpras pembelajaran praktek olahraga, baik itu lapangan maupun alatnya.

2. Bagi Pihak Universitas Negeri Yogyakarta

- a. Agar lebih meningkatkan hubungan dengan sekolah-sekolah yang menjadi tempat PPL, supaya terjalin kerjasama yang baik untuk menjalin koordinasi dan mendukung kegiatan praktik lapangan dan praktik mengajar, baik yang berkenaan dengan kegiatan administrasi maupun pelaksanaan PPL di lingkungan sekolah.
- b. Program pembekalan PPL hendaknya lebih diefisienkan, dioptimalkan dan lebih ditekankan pada permasalahan yang sebenarnya yang ada dilapangan agar hasil pelaksanaan PPL lebih maksimal.
- c. Agar bimbingan dan dukungan moril dari dosen pembimbing tetap dipertahankan dan lebih ditingkatkan agar mahasiswa praktikan dapat menjalankan tugas mengajarnya dengan penuh percaya diri.
- d. Hendaknya permasalahan teknik di lapangan yang dihadapi oleh mahasiswa praktikan yang melaksanakan PPL saat ini maupun sebelumnya dikaji dan dicari solusinya untuk diinformasikan kepada mahasiswa PPL yang akan datang agar mereka tidak mengalami permasalahan yang sama.
- e. Hendaknya waktu pelaksanaan PPL lebih diperpanjang pada sekolah yang bersangkutan. Karena hasil yang diperoleh praktikan belum maksimal.

3. Bagi Mahasiswa

- a. Hendaknya sebelum mahasiswa praktikan melaksanakan PPL terlebih dahulu mempersiapkan diri dalam bidang pengetahuan teori atau praktik, keterampilan, mental dan moral sehingga mahasiswa dapat melaksanakan PPL dengan baik dan tanpa hambatan yang berarti.
- b. Hendaknya mahasiswa praktikan senantiasa menjaga nama baik lembaga atau almamater, khususnya nama baik diri sendiri selama melaksanakan PPL dan mematuhi segala tata tertib yang berlaku pada sekolah tempat pelaksanaan PPL dengan memiliki disiplin dan rasa tanggung jawab yang tinggi.

- c. Hendaknya mahasiswa PPL memanfaatkan waktu dengan seefektif dan seefisien mungkin untuk mendapatkan pengetahuan dan pengalaman mengajar, serta manajemen sekolah dan manajemen pribadi secara baik dan bertanggung jawab.
- d. Mahasiswa praktikan harus mampu memiliki jiwa untuk menerima masukan dan memberikan masukan sehingga mahasiswa dapat melaksanakan pekerjaan-pekerjaan yang diberikan oleh pihak sekolah yang diwakili oleh guru pembimbing dan senantiasa menjaga hubungan baik antara mahasiswa dengan pihak sekolah baik itu dengan para guru, staf atau karyawan dan dengan para peserta didik itu sendiri.
- e. Hendaknya mahasiswa PPL mempersiapkan rencana pelaksanaan pembelajaran dan materi pembelajaran beberapa hari sebelum praktik dilaksanakan sebagai pedoman dalam mengajar, supaya pada saat mengajar dapat menguasai materi dengan baik dan sering berkonsultasi pada guru dan dosen pembimbing sebelum dan sesudah mengajar, supaya bisa diketahui kelebihan, kekurangan dan permasalahan selama mengajar. Dengan demikian proses pembelajaran akan mengalami peningkatan kualitas secara terus menerus.
- f. Menjaga sikap dan tingkah laku selama berada di dalam kelas maupun didalam lingkungan sekolah, agar dapat terjalin interaksi dan kerjasama yang baik dengan pihak yang bersangkutan.

DAFTAR PUSTAKA

Kemdikbud Republik Indonesia. 2014. *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan SMP/Mts Kelas VIII Semester 1*. Pusat Kurikulum dan Perbukuan Balitbang, Kemdikbud: Jakarta.

TIM UPPL. 2015. *Panduan Pengajaran Mikro Universitas Negeri Yogyakarta 2015*. UNY PRESS: Yogyakarta.

TIM UPPL. 2015. *Panduan PPL/Magang III Universitas Negeri Yogyakarta 2015*. UNY PRESS: Yogyakarta.

LAMPIRAN



FORMAT OBSERVASI
KONDISI SEKOLAH *)

NPma.2

untuk mahasiswa

Universitas Negeri Yogyakarta

NAMA SEKOLAH : SMP N 1 Prambanan Klaten
ALAMAT SEKOLAH : Jalan Raya Solo-Yogya km. 47 Kongklangan, Sanggrahan,
Prambanan, Klaten

No	Aspek yang diamati	Deskripsi Hasil Pengamatan	Keterangan
1	Kondisi fisik sekolah	SMP N 1 Prambanan Klaten memiliki lapangan basket yang sekaligus dijadikan sebagai lapangan tenis dengan keadaan yang cukup baik. Sedangkan gedung sekolah apabila dilihat sekilas keadaan gedung sekolah terlihat bagus. Catnya juga masih terlihat bagus. Gedung untuk kelas unggulan keadaannya masih baik karena merupakan gedung baru dibandingkan gedung yang lain. Sedangkan keadaan gedung yang terletak dibelakang sudah terlihat tua dan berdebu, selain itu juga ada beberapa jendela yang rusak tidak ada kacanya atau kacanya pecah. Aula yang dimiliki SMP N 1 Prambanan Klaten masih perlu perawatan lebih karena keadaan aula tersebut cukup berdebu. Untuk parkir sepeda siswa tersedia di dua tempat yaitu dibagian depan dan belakang. Untuk parkir yang terletak dibagian depan keadaannya cukup baik, hanya saja pembatas yang menggunakan bambu sudah ada yang rusak dan perlu perbaikan. Secara keseluruhan kondisi fisik sekolah masih bagus.	
2	Potensi siswa	Potensi siswa tergolong baik hal ini dikarenakan untuk masuk ke SMP N 1 Prambanan siswa terlebih dahulu diseleksi. Untuk output siswa cenderung bisa bersaing dengan sekolah-sekolah lain. Hal ini didukung dengan diselenggarakannya berbagai kegiatan ekstrakurikuler sebagai program	

		tambahan bagi siswa. Dan hasilnya banyak prestasi yang telah diraih oleh siswa SMP N 1 Prambanan Klaten meskipun masih banyak pada prestasi non akademik seperti PMR ataupun Pramuka.	
3	Potensi guru	Terdapat 58 guru di SMP N 1 Prambanan Klaten yang terdiri dari 38 perempuan dan 19 Laki-laki. Guru-guru memiliki potensi yang baik karena didukung dengan adanya pelatihan workshop, dll.	
5	Fasilitas KBM, media	Banyak fasilitas yang disediakan oleh sekolah untuk menunjang proses pembelajaran, antara lain alat-alat laboratorium, media yang dibuat oleh guru maupun oleh siswa, dan media lain yang menunjang proses kegiatan belajar mengajar	
6	Perpustakaan	Perpustakaan SMP N 1 Prambanan Klaten merupakan salah satu sumber pembelajaran serta sumber intelektual yang amat penting dalam fungsinya sebagai pusat layanan informasi yang diperlukan dalam proses pembelajaran. Keadaan perpustakaan cukup rapi namun untuk koleksi buku kurang banyak dan tidak adanya penjaga perpus yang tetap sehingga untuk proses pengembalian buku terbilang kurang sistematis. Keberadaan Perpustakaan ini tidak lepas dari institusi induknya yaitu SMP N 1 Prambanan Klaten.	
7	Laboratorium	<ul style="list-style-type: none"> - Terdapat laboratorium Bahasa dan Laboratorium IPA. Laoratorium bahasa terletak disamping ruang TU. Keadaannya cukup baik, namun untuk beberapa bagian memerlukan perawatan. - Laboratorium IPA terdapat 3 ruang didalamnya. Keadaan fisik bangunannya sudah memenuhi standar kriteria pengelolaan laboratorium IPA yang baik. Sanitasi air, penerangan dan ventilasi udara sudah mencukupi. Alat dan bahan sudah tertata berdasarkan jenisnya, jenis percobaannya dan fungsinya. Namun dalam laboratorium ini alat maupun bahan yang digunakan masih sangat 	

		<p>minim. Sudah ada daftar inventaris, kartu bon alat, namun belum digunakan secara maksimal dikarenakan belum ada laboran khusus di dalam lab IPA. Laboran/petugas laboratorium masih berasal dari guru-guru IPA di SMP N 1 Prambanan ini. Belum ada ruang persiapan dan ruang praktikum. Sebaiknya standar laboratorium yang baik, ruang persiapan dan ruang praktek dipisahkan. Supaya mempermudah jalannya kegiatan praktikum. Untuk beberapa bagian sangat berdebu dan memerlukan perawatan.</p>	
8	Bimbingan konseling	<p>Terdapat 3 guru BK di SMP Negeri 1 Prambanan Klaten merupakan sarjana BK, dimana guru BK ini sangat mengayomi siswa terlihat pada salah satu agendanya yaitu masuk ke kelas seminggu sekali. Siswa tidak segan untuk mengkonsultasikan masalahnya terutama yang berhubungan dengan hasil belajarnya. Guru BK menggunakan teknik pengamatan dan observasi langsung kepada para siswa. Jika ditemukan adanya siswa yang membutuhkan bimbingan individu, biasanya guru BK melayani hingga permasalahannya selesai. Selain itu, guru BK juga berfungsi sebagai kontrol bagi siswa, beliau mengamati dan memberi surat panggilan pada siswa jika mengetahui ada siswa yang melakukan pelanggaran atau memang butuh mendapat nasihat. Secara bimbingan konseling yang ada sudah bisa dikatakan berjalan sesuai fungsinya.</p>	
9	Bimbingan belajar	<p>Bimbingan belajar atau tutor untuk kelas unggulan diadakan untuk kelas VII sampai IX. Sedangkan untuk kelas biasa tutor hanya diadakan untuk kelas IX yaitu sebagai persiapan menghadapi ujian akhir nasional. Tutorial dilaksanakan sore hari setelah pulang sekolah.</p>	
10	Ekstrakurikuler (pramuka, PMR, dsb)	<p>Ekstrakurikuler yang ada di SMP N 1 Prambanan yang masih aktif adalah PMR dan Pramuka.</p>	

		<p>PMR (Palang Merah Remaja) SMP N 1 Prambanan</p> <p>Palang Merah Remaja di SMP 1 Prambanan dibentuk pada tahun 2006. Struktur dalam palang merah remaja sudah menunjukkan bahwa organisasi ini aktif dan banyak memberikan kontribusi besar baik kepada proses pembelajaran siswa maupun untuk kemajuan nama sekolah. Keaktifan Organisasi ini juga di tandai dengan baiknya penyusunan program kerja yang tersaji dalam matrik satu tahun, kegiatan-kegiatan yang diselenggarakan seperti pelatihan PMI yang bekerja sama dengan PMI daerah, reboisasi atau kegiatan pembibitan tanaman yang dilakukan oleh siswa, yang kemudian hari bibit tersebut akan disumbangkan kepada daerah-daerah yang lebih membutuhkan. Untuk fasilitas sekret PMR ini sudah disediakan ruang sekretariat yang bergabung dengan UKS (Unit Kesehatan Siswa). Ruangan ini jauh lebih terawat dari pada ruang OSIS.</p> <p>Ektrakurikuler Pramuka di SMP N 1 Prambanan cukup maju. Diadakan kegiatan pramuka setiap hari jumat yang diisi oleh pembina dari sekolah dan dari luar sekolah dan dibantu oleh siswa sebagai DP (dewan penggalang)</p>	
11	Organisasi dan fasilitas OSIS	<p>Osis SMP N 1 Prambanan</p> <p>Osis adalah Organisasi Siswa Intra Sekolah yang dibentuk oleh sekolah yang tujuan utamanya adalah untuk mengenalkan sekaligus memberikan pelajaran mengenai pembelajaran di Organisasi, baik secara kultural maupun secara struktural. Untuk struktural OSIS di SMP N 1 Prambanan cukup baik yakni ditandai dengan pergantian pengurus di setiap tahunnya. Kemudian dalam segi fasilitas sudah terdapat ruang sekretariat Osis yang lokasinya berada di dekat kantin sekolah, namun fasilitas ini penggunaannya belum maksimal, hal ini ditandai</p>	

		dengan tidak terkondisikannya ruang sekretariat tersebut, seperti contoh, terdapat barang – barang yang semestinya dimasukkan di gudang sekolah, di alokasikan ke Ruang Osis, dan ruangan Osis ini terlihat kurang ada perawatan yang Intensif dari masyarakat sekolah baik, siswa, guru, dan pengurus SMP N 1 Prambanan.	
12	Organisasi dan fasilitas UKS	Ada 4 guru pembimbing UKS yang berasal dari guru mata pelajaran IPS, IPA dua orang, dan Bahasa Inggris. Pengorganisasian sudah cukup baik, dengan fasilitas yang memadai yaitu ranjang/ tempat berbaring, berbagai obat-obatan di dalam almari yang dilengkapi dengan keterangan dan cara pemakaiannya, sebuah bangku pelayanan, dll). UKS ini juga memberdayakan siswa sebagai petugasnya yaitu siswa yang mengikuti ekstrakurikuler PMR, dimana siswa-siswa ini bertugas saat upacara berlangsung.	
13	Administrasi (karyawan, sekolah, dinding)	<p>Setiap tenaga pengajar di SMP N 1 Prambanan Klaten mengampu mata pelajaran yang sesuai keahlian di bidangnya masing-masing, tetapi ada juga yang mengampu mata pelajaran lain. Dalam rangka pemenuhan 24 jam tatap muka, sebagian guru juga mengajar di SMP lain. Sebagian besar guru di SMP ini telah lolos sertifikasi dan sebagian yang lain masih dalam proses.</p> <p>Birokrasi di SMP Negeri 1 Prambanan Klaten sudah terstruktur dengan rapi sesuai dengan aturan yang ada. Terdapat struktur organisasi sekolah yang tersusun dengan baik. Selain itu, jga telah tercipta iklim kerja yang kondusif dan dengan memanfaatkan waktu jam kerja dengan efektif. Dan juga adanya suasana yang saling menghormati antar personalia tanpa memandang jabatan dan golongan.</p> <p>Diadakan juga MGMP yang sesuai dengan mata pelajaran masing-masing, walaupun masih ada</p>	

		hambatan dalam pelaksanaannya. Dalam hal evaluasi pembelajaran, sering diadakan program remedial dan pengayaan kepada peserta didik. Walaupun masih banyak kendala dalam beberapa program, tetapi sekolah ini mengalami peningkatan yang cukup baik tiap tahunnya. Tambahan pelajaran bagi kelas IX yang akan menghadapi UAN	
14	Karya Tulis Ilmiah Remaja	Beberapa siswa ada yang mengikuti karya tulis ilmiah, tetapi tahun-tahun terakhir ini kegiatan karya tulis Ilmiah tidak jalan lagi.	
15	Karya Ilmiah oleh Guru	Beberapa guru di SMP N 1 Prambanan Klaten sebagian mengikuti Karya Ilmiah baik yang diadakan oleh Universitas maupun yang diadakan oleh Dinas Klaten	
16	Koperasi siswa	<p>Koperasi Sekolah</p> <p>Koperasi di sekolah ini terdapat dua bentuk, yang pertama Koperasi siswa yang dikelola oleh siswa, namun tetap didampingi oleh guru yang perannya sebagai pembimbing sekaligus pertimbangan siswa. Kemudian terdapat Koperasi yang dikelola oleh Guru dan Karyawan sekolah, koperasi ini berbeda dengan koperasi siswa yang kegiatannya berwirausaha atau menyediakan peralatan peralatan sekolah, Koperasi guru melayani simpan Pinjam yang kemudian bekerja sama dengan masyarakat terdekat. Hal ini ditunjukkan dengan pertemuan rutin antara pihak guru dengan masyarakat setempat di sekolah. Kemudian untuk fasilitas Koperasi siswa dan Guru dijadikan satu walaupun dalam realita terdapat tembok pemisah yang membedakan antara Koperasi Guru dan Siswa.</p>	
17	Tempat ibadah	Tersedia 1 Mushola di SMP N 1 Prambanan Klaten yang digunakan sebagai sarana ibadah semua warga sekolah	
18	Kesehatan lingkungan	Secara keseluruhan, kesehatan lingkungan sudah	

		cukup baik, sudah ada petugas khusus kebersihan yang bekerja untuk membersihkan sekolah. Terdapat tempat sampah di sudut-sudut ruangan dari masing-masing kelas. Namun, di beberapa sudut masih terdapat sampah yang tidak di masukkan ke tempat sampah seperti dibagian belakang sekolah, kantin dan dekat toilet.	
--	--	---	--

Koordinator PPL Sekolah/Instansi

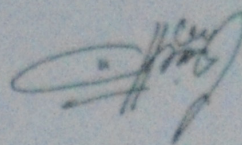


Sunardi, S.Pd

NIP: 195910051986031018

Yogyakarta, 27 Februari 2015

Mahasiswa PPL,



Leli Prastiwi

NIM : 12601241089



FORMAT OBSERVASI
PEMBELAJARAN DI KELAS DAN
OBSERVASI PESERTA DIDIK

NPma.2
untuk mahasiswa

Universitas Negeri Yogyakarta

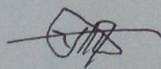
NAMA : LELI PRASTIWI PUKUL : 08.00 - 09.30
NIM : 12601241089 SEKOLAH : SMP N 1 PRAMBANAN
TGL OBSER : 27 FEB 2015 FAK/JUR/PRODI : FIK/POR/PJKR

NO	ASPEK YANG DIAMATI	DESKRIPSI HASIL PENGAMATAN
A	Perangkat Pembelajaran:	
	1. Silabus	Ada
	2. Satuan Pelajaran (SP)	Tidak ada
	3. Rencana Pembelajaran (RP)	Ada, menggunakan kurikulum 2013
B	Proses Pembelajaran	
	1. Membuka pelajaran	<ul style="list-style-type: none">- Pertama siswa dibariskan setelah itu guru memberikan salam kepada siswa,- Kemudian menanyakan keadaan siswa,- Setelah itu melakukan absensi terhadap siswa, dan- Melakukan apersepsi tentang materi yang akan diajarkan
	2. Penyajian materi	<ul style="list-style-type: none">- Menerangkan KD yang akan diajarkan- Diterangkan dan diberikan contoh gerakan
	3. Metode pembelajaran	Metode yang digunakan guru untuk pembelajaran, yaitu : <ul style="list-style-type: none">- Pendekatan Teknik.- Tanya jawab
	4. Penggunaan bahasa	Ketika dalam pembelajaran guru menggunakan 2 bahasa, yaitu bahasa Indonesia dan bahasa Jawa
	5. Penggunaan waktu	Pembelajaran sesuai dengan waktu yang ditentukan
	6. Gerak	Guru bergerak di depan siswa sesuai dengan bahasa materi yang diajarkan.
	7. Cara memotivasi siswa	<ul style="list-style-type: none">- Guru memberikan pertanyaan untuk memancing keaktifan dan daya pikir siswa- Bagi siswa yang dapat menjawab pertanyaan diberi pujian

	8. Teknik bertanya	Memberikan pertanyaan, memberikan waktu kepada siswa untuk menjawab, dan meminta siswa untuk menjawab disela praktik Penjas.
	9. Teknik penguasaan kelas	Untuk menguasai kelas agar pembelajaran berjalan dengan baik, guru menunjuk siswa untuk menjawab pertanyaan.
	10. Penggunaan media	Media yang digunakan ketika pembelajaran buku Paket untuk siswa kurikulum 2013.
	11. Bentuk dan cara evaluasi	Guru memberikan pekerjaan rumah tentang materi yang telah di pelajari.
	12. Menutup pelajaran	Kesimpulan dan salam
C	Perilaku Siswa	
	1. Perilaku siswa di dalam kelas	Ketika pembelajaran sebagian siswa ada yang ramai, tetapi siswa tetap aktif merespon pertanyaan dari guru
	2. Perilaku siswa di luar kelas	Perilaku siswa ketika di luar kelas Sopan dan ramah terhadap teman, guru dan karyawan, serta orang lain.

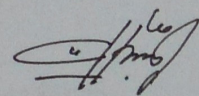
Klaten, Februari 2015

Mengetahui,
Dosen Pembimbing



Tri Ani Hastuti, M. Pd
NIP. 197209042001122001

Mahasiswa PPL



Leli Prastiwi
NIM. 12601241089



MATRIKS PROGRAM KERJA PPL/MAGANG III UNY

TAHUN 2015

UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA

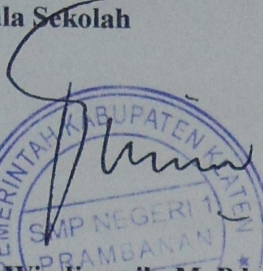
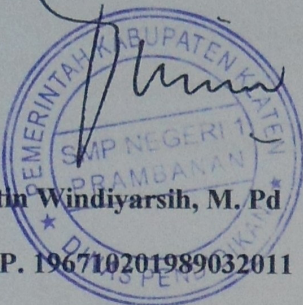
NAMA SEKOLAH : SMP N 1 PRAMBANAN KLATEN
ALAMAT SEKOLAH : JL. SOLO-YOGYA KM. 47, PRAMBANAN, KLATEN

No	Program/Kegiatan PPL/ Magang III	Jumlah Jam Per Minggu					Jumlah Jam
		I	II	III	IV	V	
1	Pembuatan Program PPL						
	a. Observasi	10					10
	b. Penyusunan Proposal Program	5					5
	c. Penyusunan Matriks Program	5					5
2	Administrasi Pembelajaran/Guru						
	a. Buku Induk, Silabus		3	3	2		8
	b. Lain-lain						
3	Pembelajaran Kokurikuler (Kegiatan Mengajar Terbimbing)						
	a. Persiapan						
	1) Konsultasi dengan guru pembimbing	5	1	1			7
	2) Mengumpulkan materi	3	3	3			9
	3) Membuat RPP	5	3	3			11
	4) Konsultasi RPP yang telah dibuat	1	1	1			3
	5) Membuat media	4	4	4			12
	b. Mengajar Terbimbing						
	1) Praktik mengajar	12	12	12			36
	2) Penilaian dan evaluasi	2	2	2	2		8
4	Pembelajaran Ekstrakurikuler (Kegiatan Non Mengajar)						
	a. Kepramukaan						
	1) Persiapan			1			1
	2) Praktik			2			2
	b. PMR						
	1) Persiapan		1				1
5	Kegiatan Sekolah						
	a. Upacara Bendera Hari Senin		1	1	1	1	4
	b. Upacara HUT RI ke- 70	5					5
	c. Jumat Bersih		1				1
	d. Jumat Membaca			1			1

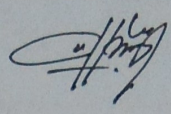
6	Pembuatan Laporan PPL				15		15
7	Tambahan						
	a. Pendampingan Lomba Gerak Jalan Cepat	3					3
	b. Pendataan Peserta Lomba Jalan Cepat		1				1
	c. Jalan Sehat dalam Rangka HAORNAS				2		2
	d.						
JUMLAH							152

Mengetahui/Menyetujui,

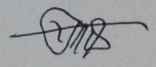
Kepala Sekolah



Titin Windiyarsih, M. Pd
NIP. 196710201989032011

Mahasiswa PPL


Leli Prastiwi
NIM. 12601241089

Dosen Pembimbing Lapangan


Tri Ani Hastuti, M. Pd
NIP. 197209042001122001

**KALENDER PENDIDIKAN
SEMESTER 1 (GASAL)
SMP NEGERI 1 PRAMBANAN
TAHUN PELAJARAN 2015 / 2016**

JULI 2015						JML HBE	TANGGAL	URAIAN KEGIATAN
Minggu		5	12	19	26	5	9 - 11 Juli 2015	Hari pertama masuk (MOPD)
Senin		6	13	20	27		13 - 16 Juli 2015	Libur sebelum Idul Fitri 1436 H
Selasa		7	14	21	28		17 - 18 Juli 2015	Libur Idul Fitri 1436 H
Rabu	1	8	15	22	29		20 - 25 Juli 2015	Libur sesudah Idul Fitri 1436 H
Kamis	2	9	16	23	30			
Jumat	3	10	17	24	31			
Sabtu	4	11	18	25				

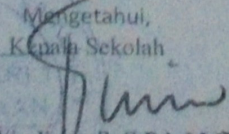
AGUSTUS 2015						JML HBE	TANGGAL	URAIAN KEGIATAN
Minggu		2	9	16	23	20	14 Agustus 2015	Mengikuti Upacara Hari Pramuka
Senin		3	10	17	24		17 Agustus 2015	Mengikuti Upacara HUT RI
Selasa		4	11	18	25			
Rabu		5	12	19	26			
Kamis		6	13	20	27			
Jumat		7	14	21	28			
Sabtu	1	8	15	22	29			

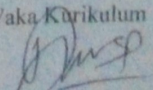
SEPTEMBER 2015						JML HBE	TANGGAL	URAIAN KEGIATAN
Minggu		6	13	20	27	25	24 September 2015	Libur Umum (Idul Adha 1436 H)
Senin		7	14	21	28			
Selasa	1	8	15	22	29			
Rabu	2	9	16	23	30			
Kamis	3	10	17	24				
Jumat	4	11	18	25				
Sabtu	5	12	19	26				

OKTOBER 2015						JML HBE	TANGGAL	URAIAN KEGIATAN
Minggu		4	11	18	25	11	1 Oktober 2015	Upacara Hari Kesaktian Pancasila
Senin		5	12	19	26		5 - 12 Oktober 2015	Perkiraan Ulangan Tengah Semester Gasal (UTSGs)
Selasa		6	13	20	27		14 Oktober 2015	Libur Umum (1 Muharram 1437 H)
Rabu		7	14	21	28		13 - 15 Oktober 2015	Kegiatan Jeda Semester Gasal
Kamis	1	8	15	22	29		26 Oktober 2015	Penyerahan Hasil UTSGs
Jumat	2	9	16	23	30		28 Oktober 2015	Upacara Sumpah Pemuda
Sabtu	3	10	17	24	31			

NOVEMBER 2015						JML HBE	TANGGAL	URAIAN KEGIATAN
Minggu	1	8	15	22	29	20	10 November 2015	Upacara Hari Pahlawan
Senin	2	9	16	23	30			
Selasa	3	10	17	24				
Rabu	4	11	18	25				
Kamis	5	12	19	26				
Jumat	6	13	20	27				
Sabtu	7	14	21	28				

DESEMBER 2015						JML HBE	TANGGAL	URAIAN KEGIATAN
Minggu		6	13	20	27	4	7 - 14 Desember 2015	Perkiraan Ulangan Akhir Semester Gasal (UASGs)
Senin		7	14	21	28		15 - 17 Desember 2015	Program Remedial
Selasa	1	8	15	22	29		23 Desember 2015	Perkiraan Penyerahan Rapor Semester Gasal
Rabu	2	9	16	23	30		24 Desember 2015	Libur Umum (Maulid Nabi Muhammad SAW)
Kamis	3	10	17	24	31		25 Desember 2015	Libur Umum (Natal)
Jumat	4	11	18	25			26 - 31 Desember 2015	Perkiraan Libur Semester Gasal
Sabtu	5	12	19	26				
Jumlah HBE Smt. I :						85		

Mengetahui,
Kepala Sekolah

Titin Windivarsih, S.Pd., M.Pd.
NIP. 19671020 198903 2 011

Prambanan, 9 Juli 2015
Waka Kurikulum

Susilb Utomo, S.Pd.
NIP. 19720605 199702 1 001

ORANG	WAKTU	SENIN																							
		VII								VIII								IX							
		A	B	C	D	E	F	G	H	A	B	C	D	E	F	G	H	A	B	C	D	E	F	G	H
1	07.00 - 07.40	UPACARA																							
2	07.40 - 08.20	32	37	12	26	42	9	35	7	44	3	52	15	21	25	36	18	16	2	14	29	11	8	22	17
3	08.20 - 09.00	32	37	23	26	42	9	35	7	44	3	52	15	21	25	36	18	16	2	14	29	11	8	22	17
	09.00 - 09.15	FIRST BREAK																							
4	09.15 - 09.55	37	41	23	12	7	9	3	35	15	34	40	10	21	19	18	36	16	2	14	5	11	30	29	22
5	09.55 - 10.35	37	41	32	12	7	28	3	35	15	34	40	10	46	19	18	36	2	14	5	13	4	30	29	22
	10.35 - 10.50	SECOND BREAK																							
6	10.50 - 11.30	23	41	32	45	37	42	34	3	52	26	33	44	19	10	25	36	24	8	5	13	4	30	27	35
7	11.30 - 12.10	23	49	41	45	37	42	34	3	52	26	33	44	19	21	25	30	24	8	29	20	17	11	27	35
	12.10 - 12.40	THIRD BREAK																							
8	13.40 - 13.20	12	49	41	34	26	7	44	57	40	33	38	18	25	21	10	30	8	24	29	4	20	35	42	27
9	13.20 - 14.00	12	49	41	34	26	7	44	57	40	33	38	18	25	21	10	30	8	24	20	4	5	35	42	27

JAM KE	WAKTU	SELASA																							
		VII								VIII								IX							
		A	B	C	D	E	F	G	H	A	B	C	D	E	F	G	H	A	B	C	D	E	F	G	H
1	07.00 - 07.40	49	14	9	37	51	34	7	57	56	3	26	15	46	19	36	25	17	16	13	5	8	22	35	27
2	07.40 - 08.20	49	14	9	37	51	34	7	57	56	3	26	15	46	19	36	25	17	16	13	5	8	22	4	27
3	08.20 - 09.00	49	6	9	34	51	1	7	27	56	43	19	10	46	36	44	3	20	16	5	8	2	35	4	17
	09.00 - 09.15	FIRST BREAK																							
4	09.15 - 09.55	41	6	26	34	57	1	9	27	4	56	19	10	15	46	44	3	5	14	16	8	2	35	30	17
5	09.55 - 10.35	41	37	26	12	57	7	9	35	4	56	21	52	44	46	3	10	5	14	16	25	22	11	30	42
6	10.35 - 11.15	41	37	45	12	57	7	9	53	15	56	21	52	44	46	3	19	2	5	16	25	22	11	30	42
	11.15 - 11.30	SECOND BREAK																							
7	11.30 - 12.10	26	28	45	7	37	39	53	44	11	40	21	52	36	10	30	19	2	17	24	13	42	4	29	35
8	12.10 - 12.50	26	12	49	45	41	51	57	44	11	40	15	21	36	10	30	48	14	17	24	13	42	4	29	35
	12.50 - 13.20	THIRD BREAK																							
9	13.20 - 14.00	6	12	49	45	41	51	57	26	11	30	40	21	36	44	10	48	14	25	2	29	5	42	22	4
10	14.00 - 14.40	6	12	49	28	41	51	57	26	43	30	40	21	10	44	46	48	14	25	2	29	5	42	22	4

JAM XL	WAKTU	RABU																							
		VII								VIII								IX							
		A	B	C	D	E	F	G	H	A	B	C	D	E	F	G	H	A	B	C	D	E	F	G	H
1	07.00 - 07.40	37	23	45	41	9	38	57	3	12	34	52	26	15	18	19	10	21	13	8	16	25	17	27	30
2	07.40 - 08.20	37	23	45	41	9	38	57	3	12	34	44	26	15	18	19	10	21	13	8	16	25	17	27	30
3	08.20 - 09.00	14	32	37	41	9	52	57	51	12	38	44	20	18	55	3	36	21	42	2	16	22	17	11	30
	09.00 - 09.15	FIRST BREAK																							
4	09.15 - 09.55	14	32	12	9	57	52	7	51	34	38	15	40	18	55	10	36	13	42	24	2	22	16	11	4
5	09.55 - 10.35	14	37	12	9	57	52	3	51	34	40	15	19	36	55	10	18	13	17	24	2	5	16	11	4
	10.35 - 10.50	SECOND BREAK																							
6	10.50 - 11.30	6	12	23	9	57	39	3	7	4	40	43	19	36	15	18	46	8	24	42	2	5	16	22	35
7	11.30 - 12.10	6	12	23	49	52	39	51	7	4	11	38	46	55	15	18	3	8	24	42	14	2	35	22	17
	12.10 - 12.40	THIRD BREAK																							
8	13.40 - 13.20	23	6	32	49	52	34	51	57	40	11	38	18	55	36	48	19	42	5	13	14	8	4	35	22
9	13.20 - 14.00	23	6	32	49	52	34	51	57	40	11	38	18	55	36	48	19	42	5	13	14	8	4	35	22

JAM AKU	WAKTU	KAMIS																							
		VII								VIII								IX							
		A	B	C	D	E	F	G	H	A	B	C	D	E	F	G	H	A	B	C	D	E	F	G	H
1	07.00 - 07.40	9	57	45	37	7	41	34	35	12	38	56	40	15	10	3	46	17	5	13	42	16	2	4	22
2	07.40 - 08.20	9	57	45	37	7	41	34	35	12	38	56	40	15	10	3	46	17	5	13	42	16	2	4	22
3	08.20 - 09.00	9	14	37	12	28	41	52	3	26	38	56	40	19	48	36	46	25	21	29	13	16	2	43	11
	09.00 - 09.15	FIRST BREAK																							
4	09.15 - 09.55	28	6	37	57	34	1	52	9	26	44	15	56	19	48	46	54	25	21	29	13	17	22	16	11
5	09.55 - 10.35	32	6	12	57	34	1	52	9	30	44	15	56	10	48	46	54	13	21	25	29	17	22	16	11
	10.35 - 10.59	SECOND BREAK																							
6	10.59 - 11.30	32	26	12	7	37	38	35	9	30	40	11	56	10	15	46	54	13	17	25	5	4	8	16	2
7	11.30 - 12.10	12	26	42	14	37	38	41	52	30	40	11	19	48	46	54	36	24	17	21	5	4	8	29	2
	12.10 - 12.40	THIRD BREAK																							
8	13.40 - 13.20	6	32	42	14	38	26	41	52	34	3	40	19	48	36	54	44	24	13	21	8	22	25	35	2
9	13.20 - 14.00	6	32	28	14	38	26	41	52	34	30	40	10	48	36	54	44	5	13	21	8	22	25	35	4

JAM	WAKTU	JUMAT																							
		VII								VIII								IX							
		A	B	C	D	E	F	G	H	A	B	C	D	E	F	G	H	A	B	C	D	E	F	G	H
1	07.00 - 07.40	JUM'AT BERSIH / JUM'AT MEMBACA / JALAN SEHAT / PEMBINAAN WALI KELAS																							
2	07.40 - 08.20	12	9	37	43	38	39	26	27	15	52	33	40	10	18	19	3	13	8	5	4	30	17	25	16
3	08.20 - 09.00	12	9	37	43	38	39	26	27	15	52	33	11	10	18	19	3	13	8	5	4	30	17	25	16
	09.00 - 09.15	FIRST BREAK																							
4	09.15 - 09.55	37	9	14	7	38	1	3	41	40	52	19	11	36	15	48	18	17	13	29	21	30	20	2	16
5	09.55 - 10.35	42	23	14	7	34	1	35	41	40	33	19	11	18	15	36	10	5	13	8	21	17	22	2	25
6	10.35 - 11.15	42	23	14	37	34	38	35	41	52	33	11	15	18	36	30	10	5	20	8	21	17	22	2	25

KODE GURU :

- 1 Titin Windiyarsih, S.Pd, M.Pd
- 2 Dra.Hj. Milyatun
- 3 Drs. H. M.S. Harvanto
- 4 Wartini, S.Pd
- 5 Sarmin, S.Pd
- 6 Sukarni, S.Pd
- 7 Sri Widodo, S.Pd
- 8 FL. Endang Baniati, S.Pd
- 9 Sudarto
- 10 PY Sugriyanti
- 11 Ant. Suyoto, S.Pd
- 12 Istilah Winutun
- 13 Agustini Prihati, S.Pd
- 14 Darsini, S.Pd
- 15 Y. Tin Budiati, S.Pd
- 16 Suharno, S.Pd
- 17 S. Sumaryono, S.Pd
- 18 Tinte Budi Astuti, S.Pd
- 19 Aristyani, S.Pd
- 20 Dra. Sri Widayati
- 21 MG. Kisni, S.Pd
- 22 Dra. Esti Pudyastuti
- 23 Amin Mundari
- 24 Sunardi, S.Pd
- 25 Hj. Murtini, S.Pd
- 26 Rini Rusminiwati, S.Pd
- 27 Sarono SLJ, M.Pd
- 28 Neni Marlinaasari, S.Pd
- 29 Susilo Utomo, S.Pd
- 30 Dra. Kamti S.K
- 31 MG. Sudiyati, S.Ag
- 32 Priyadi Haris S, S.Pd
- 33 Andi Zulkarnain, M.Pd
- 34 Aniek Soedjarwati
- 35 Paryana, S.Pd
- 36 Sarini Batyali, S.Pd
- 37 Lipur Hartanto, S.Pd
- 38 Hj. Istianah, S.Pd
- 39 Herlina Damayanti, S.Pd
- 40 Sarwidi, S.Pd
- 41 Purwani Hadiananti, SH, S.Pd
- 42 Dra. Septi Wulandari
- 43 Ariyanti, S.Pd
- 44 Ani Mahmudah, S.Pd
- 45 Tri Endarwanti, S.Pd
- 46 Siti Praptiwi, S.Pd
- 47 Ani Erning PW
- 48 Ruwidiyati, S.Ag
- 49 Asri Wahyuningsih
- 50 Sumarsono, S.Ag
- 51 Sunarti, S.Pd
- 52 Marwan Zainuri, S.Pd.1
- 53 Hapsari
- 54 Edy Wibowo, S.Pd
- 55 Eci Prajanti
- 56 Tri Lestari, S.Pd, M.Pd
- 57 Wivvi Sulistya, S.Pd

Prarabahan, 9 Juli 2015

Kepala Sekolah

Titin Wicakarsih, S.Pd, M.Pd.

NIP. 19671020 198903 2 011

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN
PRAKTIK PENGALAMAN LAPANGAN (PPL)
SMP NEGERI 1 PRAMBANAN KLATEN



LELI PRASTIWI

12601241089

PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA

2015

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

(RPP 13)

Sekolah	: SMP N 1 Prambanan Klaten
Mata Pelajaran	: Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
Kelas/Semester	: VIII/1 (Gasal)
Materi Pokok	: Atletik (Lompat Jauh)
Pertemuan Ke	: 1
Waktu	: 3x40 menit

A. Kompetensi Inti

1. Menghayati dan mengamalkan ajaran yang dianutnya.
2. Menghayati dan mengamalkan perilaku jujur, disiplin, tanggung jawab, peduli (gotong royong, kerjasama, toleransi, damai), santun, responsif dan pro-aktif dan menunjukkan sikap sebagai bagian dari solusi atas berbagai permasalahan dalam berinteraksi secara efektif dengan lingkungan sosial dan alam serta dalam jangkauan pergaulan dan keberadaannya.
3. Memahami pengetahuan (faktual, konseptual, dan prosedural) berdasarkan rasa ingin tahunya tentang ilmu pengetahuan, teknologi, seni, budaya terkait fenomena dan kejadian tampak mata.
4. Mencoba, mengolah, dan menyaji dalam ranah konkret (menggunakan, mengurai, merangkai memodifikasi, dan membuat) sesuai dengan yang dipelajari di sekolah dan sumber lain yang sama dalam sudut pandang/teori.

B. Kompetensi Dasar

- 1.1 Menghayati dan mengamalkan nilai-nilai agama yang dianut dalam melakukan aktivitas jasmani, permainan, dan olahraga, dicerminkan dengan:
 - a. Pembiasaan perilaku berdoa sebelum dan sesudah pelajaran
 - b. Selalu berusaha secara maksimal dan tawakal dengan hasil akhir
 - c. Mempraktikkan kebiasaan baik dalam berolahraga dan latihan
- 2.1 Berperilaku sportif dalam bermain
- 2.2 Bertanggung jawab terhadap keselamatan dan kemajuan diri sendiri dan orang lain, lingkungan sekitar, serta dalam penggunaan sarana dan prasarana pembelajaran

- 2.3 Menghargai perbedaan karakteristik individual dalam melakukan berbagai aktivitas fisik
- 2.6 Disiplin selama melakukan berbagai aktivitas fisik
- 3.5 Memahami pengetahuan teknik dasar atletik (jalan cepat, lari, lompat, dan lempar)
- 4.3 Mempraktikkan teknik dasar dasar atletik (jalan cepat, lari, lompat dan lempar) menekankan gerak dasar fundamentalnya

C. Indikator Pembelajaran

No	Indikator	Kognitif	Afektif	Psikomotor
1	Peserta didik berdoa sebelum memulai dan mengakhiri pembelajaran	-	√	-
2	Peserta didik menunjukkan sikap tanggungjawab dalam penggunaan sarana prasarana sesuai kebutuhan, dan menjaga keselamatan diri sendiri, orang lain, dan lingkungan sekitar.	-	√	√
3.	Peserta didik berhati-hati selama melakukan aktifitas fisik.	√	√	√
4.	Peserta didik dapat menunjukkan sikap toleransi mau berbagi dengan teman lain	-	√	-
5.	Peserta didik disiplin dalam melakukan aktifitas olahraga.	-	√	√
6.	Peserta didik dapat menjelaskan konsep keterampilan gerak fundamental lompat jauh gaya menggantung (awalan, sikap melayang, akhiran) dengan benar.	√	-	√
7.	Peserta didik melakukan keterampilan gerak fundamental lompat jauh gaya menggantung (awalan, sikap melayang, akhiran) dengan benar.	√	-	√

D. Materi Pembelajaran

Lompat jauh gaya menggantung merupakan salah satu gaya atau cara dalam melakukan lompat jauh. Gerakannya dimulai dengan awalan badan yang menumpu pada satu kaki, kemudian tubuh diangkat dari satu titik tertentu ke titik yang lain. Saat melayang, posisi tubuh seperti sedang menggantung dengan sikap badan melenting ke belakang. Selanjutnya, gerakan diakhiri dengan mendarat menggunakan kedua kaki secara baik dan terkontrol.

Beberapa hal yang perlu diperhatikan secara seksama :

1. Pengambilan Awalan

Pengambilan jarak awalan dilakukan sesuai dengan penempatan kaki tolak yang paling kuat. Latihan awal dapat dilakukan dengan cara mengambil jarak awalan sejauh 4-8 langkah dari papan tolak ke lintasan awalan.

2. Menetapkan Kaki Tolak

Pilih kaki yang paling kuat

3. Mencari Jarak Lambungan

Lakukan langkah yang panjang untuk mencapai jarak sejauh mungkin dari setiap tolakan.

4. Karakteristik Lompat Jauh Gaya Menggantung

- a. Lakukan lari awalan dengan cepat sebanyak langkah yang ditetapkan.
- b. Tolakkan kaki tumpu yang paling kuat pada papan tolak.
- c. Luruskan kaki yang depan dan tarik kaki yang mengikutinya rapat ke belakang.
- d. Putar lengan searah jarum jam
- e. Tahan posisi tubuh menggantung di udara.
- f. Tekuk kedua lutut ke depan dan tarik lengan ke depan.
- g. Luruskan kedua kaki ke depan dan putar lengan dari depan ke bawah belakang.
- h. Pada saat menyentuh pasir, tekuk kedua lutut dan biarkan tubuh terdorong ke depan.

E. Metode, Model, dan Pendekatan

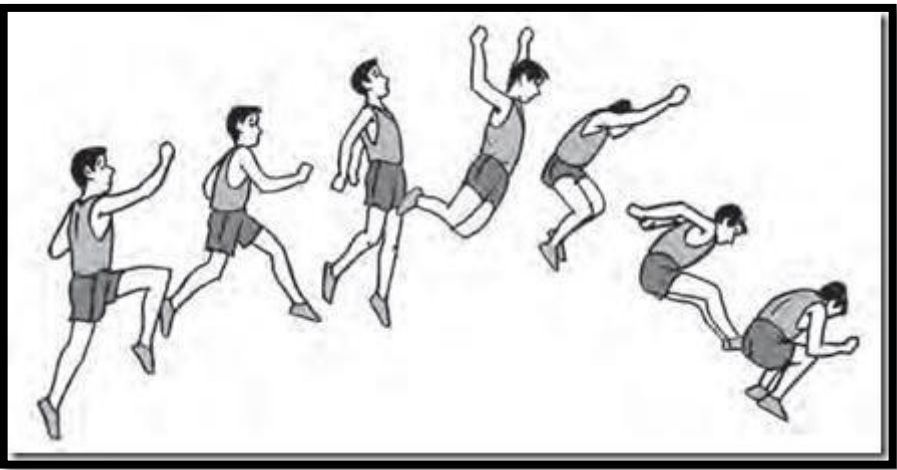
- Komando

F. Sumber Belajar

Eddy Purnomo. 2011. *Dasar-Dasar Gerak Atletik*. Yogyakarta. Alfabedia.

G. Media Pembelajaran

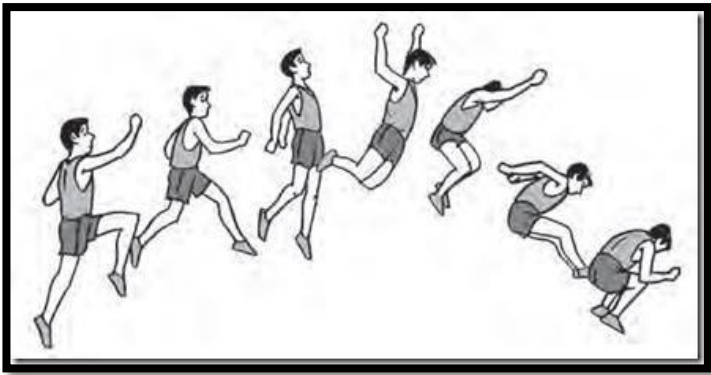
- a. Media
 - gambar teknik lompat jauh gaya menggantung.



- b. Alat dan Bahan
- Lapangan lompat jauh
 - Peluit
 - *Stopwatch*

H. Langkah-langkah Kegiatan Pembelajaran

No	Deskripsi Kegiatan	Alokasi Waktu
1	<p>Pendahuluan</p> <p>a. Guru membariskan peserta didik, menyiapkan, dan memimpin doa untuk memulai pembelajaran.</p> <p>b. Guru memeriksa kehadiran peserta didik dan menanyakan kesehatan peserta didik secara umum.</p> <p>c. Guru menyampaikan tujuan pembelajaran</p> <p>d. Guru menyampaikan apersepsi mengenai lompat jauh dilanjutkan peregangan statis dan dinamis serta dilanjutkan lompat kijang ± 50 meter.</p>	20 menit
2	<p>Kegiatan inti</p> <p>1. Mengamati</p> <ul style="list-style-type: none">- Guru menjelaskan materi mengenai lompat jauh gaya menggantung.- Peserta didik memperhatikan guru yang sedang menjelaskan materi di depan <p>2. Menanya</p> <ul style="list-style-type: none">- Mempertanyakan komponen gerak lompat jauh gaya menggantung	85 menit

	<ul style="list-style-type: none">- Bagaimana posisi badan ketika melakukan pendaratan ? <p>3. Mencoba/Mengumpulkan Data (informasi)</p> <ul style="list-style-type: none">- Peserta didik berjalan mundur 4-8 langkah dan kembali melangkah ke arah tumpuan- Peserta didik mencoba melompat tanpa awalan- Peserta didik mencoba melompat melalui atas tumpuan dengan jarak 2-3 langkah <p>4. Mengasosiasi (menganalisis data)</p> <ul style="list-style-type: none">- Peserta didik merasakan bagaimana posisi tubuh ketika melayang- Peserta didik mengetahui bagaimana melakukan lompat jauh gaya menggantung <p>5. Mengkomunikasikan</p> <ul style="list-style-type: none">- Peserta didik melakukan gerakan lompat jauh gaya menggantung dengan diawali lari dari jarak sekitar 10-15 meter <div data-bbox="518 1285 1224 1659"></div> <ul style="list-style-type: none">- Persiapan :<ul style="list-style-type: none">• Berdiri posisi melangkah menghadap bak lompat jauh, badan agak condong ke depan, kedua lengan disamping badan, dilakukan secara berkelompok- Pelaksanaan :<ul style="list-style-type: none">• Lakukan awalan lari dengan cepat ke arah tempat bertumpu dan saat kaki tumpu menginjak tempat bertumpu tolakan ke depan atas, lentingkan pinggang ke belakang lalu mendarat pada tempat pendaratan.	
3	Penutup	15 menit

2. Pengetahuan

Berikan tanda cek pada kolom yang sudah disediakan . Skor 4 : jika jawaban benar; Skor 3 : jika jawaban mendekati benar; Skor 2 : jika jawaban kurang; Skor 1 : jika jawaban salah.

Soal :

- 1. Bagaimana persiapan dan pelaksanaan lompat jauh ?
- 2. Bagaimana posisi tubuh saat menggantung ?

No	Nama	Butir Soal								Jmlh Skor	Nilai
		1				2					
		1	2	3	4	1	2	3	4		
1	Roni										
2	Dita										
3	Eko										
4	Deni										
5	Surya										
Jumlah Skor Maksimal = 8											
Nilai = Jumlah Skor/Skor Maksimal x 100											

3. Keterampilan

Dalam pengambilan dapat dilakukan pemberian skor untuk setiap :

- 1. Dapat melakukan awalan
- 2. Dapat melakukan tolakan
- 3. Dapat melakukan gerak menggantung
- 4. Dapat melakukan pendaratan

Berikan tanda cek pada kolom yang sudah disediakan, dengan criteria sebagai berikut : 4 = gerakan sangat baik, 3 = gerakan baik, 2 = gerakan cukup, 1 = gerakan salah.

No	Nama	Aspek yang Dinilai																Jumlah Skor	Nilai
		Awalan				Tolakan				Gerak Menggantung				Pendaratan					
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4		
1	Surya																		
2	Roni																		
3	Deni																		
4	Eko																		

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN PENJAS (RPP 13)

Sekolah : SMP N 1 Prambanan Klaten
Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
Kelas/Semester : VIII/1 (Gasal)
Materi Pokok : Permainan Bola Besar Sepak Bola (*Passing* dengan kaki bagian dalam)
Pertemuan Ke : 2
Waktu : 3x40 menit

A. Kompetensi Inti

1. Menghayati dan mengamalkan ajaran yang dianutnya.
2. Menghayati dan mengamalkan perilaku jujur, disiplin, tanggung jawab, peduli (gotong royong, kerjasama, toleransi, damai), santun, responsif dan pro-aktif dan menunjukkan sikap sebagai bagian dari solusi atas berbagai permasalahan dalam berinteraksi secara efektif dengan lingkungan sosial dan alam serta dalam jangkauan pergaulan dan keberadaannya.
3. Memahami pengetahuan (faktual, konseptual, dan prosedural) berdasarkan rasa ingin tahunya tentang ilmu pengetahuan, teknologi, seni, budaya terkait fenomena dan kejadian tampak mata.
4. Mencoba, mengolah, dan menyaji dalam ranah konkret (menggunakan, mengurai, merangkai memodifikasi, dan membuat) sesuai dengan yang dipelajari di sekolah dan sumber lain yang sama dalam sudut pandang/teori.

B. Kompetensi Dasar

- 1.1 Menghayati dan mengamalkan nilai-nilai agama yang dianut dalam melakukan aktivitas jasmani, permainan, dan olahraga, dicerminkan dengan:
 - a. Pembiasaan perilaku berdoa sebelum dan sesudah pelajaran
 - b. Selalu berusaha secara maksimal dan tawakal dengan hasil akhir
 - c. Mempraktikkan kebiasaan baik dalam berolahraga dan latihan
- 2.1 Berperilaku sportif dalam bermain

- 2.2 Bertanggung jawab terhadap keselamatan dan kemajuan diri sendiri dan orang lain, lingkungan sekitar, serta dalam penggunaan sarana dan prasarana pembelajaran
- 2.3 Menghargai perbedaan karakteristik individual dalam melakukan berbagai aktivitas fisik
- 2.4 Menunjukkan kemauan kerjasama dalam melakukan berbagai aktivitas fisik dalam bentuk permainan
- 2.5 Toleransi dan mau berbagi dengan teman lain dalam penggunaan peralatan dan kesempatan
- 2.6 Disiplin selama melakukan berbagai aktivitas fisik
- 3.3 Memahami pengetahuan modifikasi teknik dasar permainan bola besar
- 4.1 mempraktikkan modifikasi teknik dasar permainan bola besar dengan menekankan gerak dasar fundamentalnya

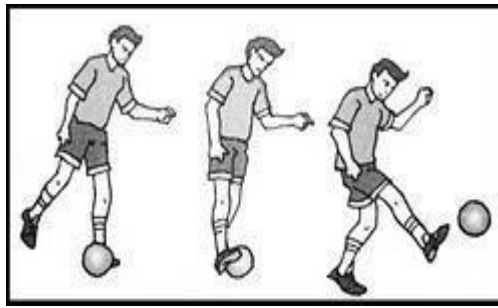
C. Indikator Pembelajaran

No	Indikator	Kognitif	Afektif	Psikomotor
1	Peserta didik berdoa sebelum memulai dan mengakhiri pembelajaran	-	√	-
2	Peserta didik menunjukkan sikap tanggungjawab dalam penggunaan sarana prasarana sesuai kebutuhan, dan menjaga keselamatan diri sendiri, orang lain, dan lingkungan sekitar.	-	√	√
3.	Peserta didik berhati-hati selama melakukan aktifitas fisik.	√	√	√
4.	Peserta didik menunjukkan sikap toleransi mau berbagi dengan teman lain	-	√	-
5.	Peserta didik disiplin dalam melakukan aktifitas olahraga.	-	√	√
6.	Peserta didik menjelaskan konsep keterampilan gerak fundamental sepak bola (<i>passing</i> menggunakan kaki bagian dalam dan <i>controlling</i>).	√	-	√
7.	Peserta didik melakukan keterampilan gerak fundamental sepak bola (<i>passing</i> menggunakan kaki bagian dalam dan <i>controlling</i>).	√	-	√
8.	Peserta didik bermain permainan sepak bola	√	√	√

D. Materi Pembelajaran

Passing adalah mengumpan atau mengoper bola kepada rekan. *Passing* yang baik dan benar sangat dibutuhkan dalam permainan sepak bola, karena dengan menguasai teknik *passing* akan mempermudah rekan kita untuk menerima bola. Seperti halnya dengan menendang, *passing* juga bisa dilakukan dengan kaki bagian luar dan bagian dalam.

1. Pada saat akan mem-*passing* posisikan kakisejajar dengan bola, salah satu kaki tumpu sejajardengan bola dan kaki yang untuk menendangberada di belakang bola.
2. Ayunkan kaki yang akan menendang kebelakang, kemudian kenakan kaki bagian dalam pada saat perkenaan dengan bola.
3. Pada saat perkenaan dengan bola kaki diberi tekanan agar bola itu dapat meluncur dengan keras dan terarah.



Gb.1. Teknik *Passing* dengan kaki bagian dalam

Sumber : <http://khodari-penjas.blogspot.com/2008/12/teknik-passing-kaki-bagian-dalam-pad.html>

E. Metode, Model, Pendekatan

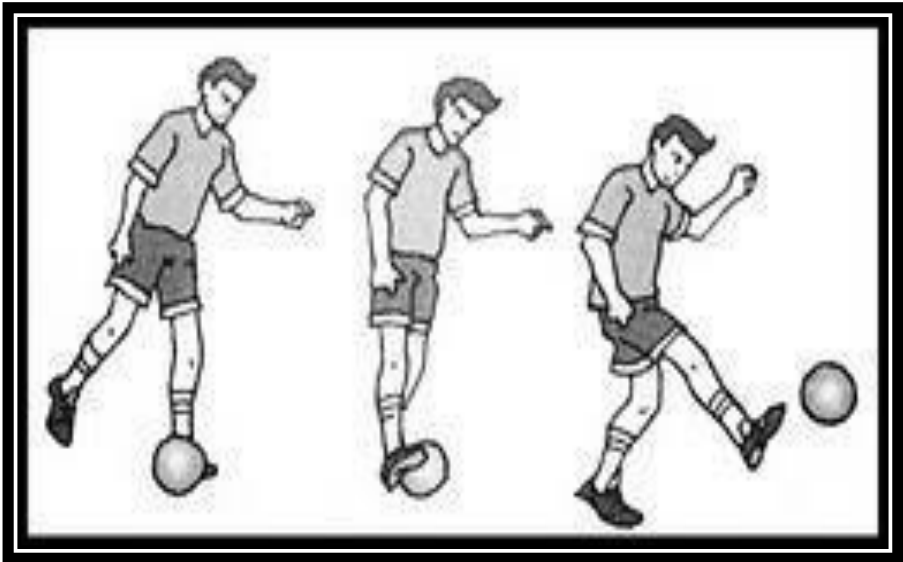
- Model : *TGFU (Teaching game for Understanding)*
- Pendekatan : *Scientific*

F. Sumber Belajar

- Buku Siswa Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan SMP/MTs Kelas VII, Cetakan Ke-1. 2013. Jakarta: Kemendikbud. (hal. 2-16)
- Buku Guru Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan SMP/MTs Kelas VII, Cetakan Ke-1. 2013. Jakarta: Kemendikbud. (hal. 6-21)

G. Media Pembelajaran

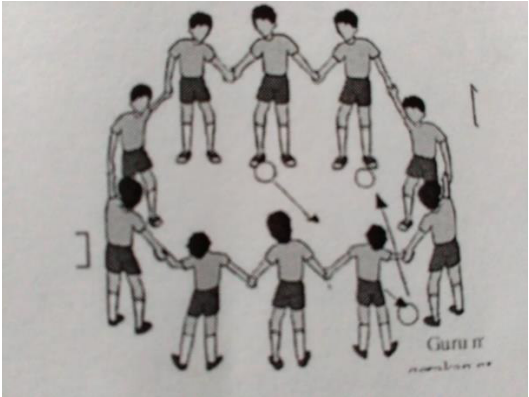
1. Media Gambar

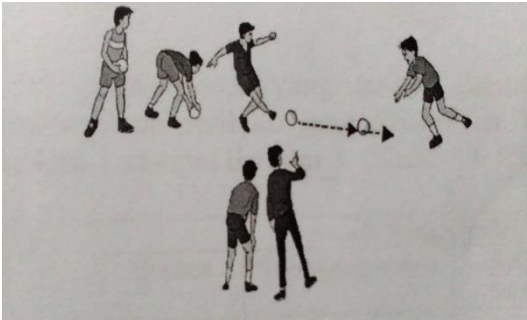



2. Peralatan

- Peluit
- *Stopwatch*
- Bola sepak
- Lapangan sepakbola

H. Langkah-langkah Kegiatan Pembelajaran

no	Kegiatan	Deskripsi Kegiatan	Alokasi
1	Pendahuluan	<div><div><div>- Guru membariskan peserta didik, menyiapkan dan memimpin doa untuk memulai pembelajaran.</div><div>- Guru memeriksa kehadiran peserta didik dan menanyakan kesehatan peserta didik secara umum.</div><div>- Peserta didik membentuk ke dalam 3 kelompok (putra-putri sendiri). Dalam kelompok peserta didik bergandengan tangan dan menendang bola ketemannya. Bola jangan sampai keluar dari lingkaran.</div></div><div>An illustration showing a group of students standing in a circle, holding hands. They are passing a ball around the circle. A teacher is also present, observing the activity. The text 'Guru II' and 'menunjuk ke' are visible in the bottom right corner of the illustration.</div></div>	20 menit

2	Inti	<p>1. Mengamati</p> <ul style="list-style-type: none">- Guru menjelaskan materi tentang menendang dan mengontrol dengan menggunakan kaki bagian dalam.- Peserta didik memperhatikan guru yang sedang menjelaskan materi. <p>2. Menanya</p> <ul style="list-style-type: none">- Mempertanyakan komponen gerakan menendang dan mengontrol bola.- Bagaimana cara menendang dan mengontrol bola yang benar supaya hasilnya maksimal ?. <p>3. Mencoba/ Mengumpulkan Data (Informasi)</p> <ul style="list-style-type: none">- Peserta didik membagi ke dalam 3 kelompok (putra-putri sendiri)- Peserta didik berpasangan dan saling berhadapan dengan jarak 2-3 meter.- Siswa menendang bola kepada temannya kemudian temannya mengontrol dan dilanjutkan <i>passing</i> lagi.  <p>4. Mengasosiasi/Menganalisis Data</p> <ul style="list-style-type: none">- Peserta didik menemukan kesalahan yang sering dilakukan pada gerakan menendang bola.- Peserta didik menemukan cara menendang dan mengontrol bola menggunakan kaki bagian dalam yang benar. <p>5. Mengkomunikasikan</p> <ul style="list-style-type: none">- Peserta didik dibagi menjadi 2 kelompok (putra-putri sendiri)- Setiap kelompok bermain sepak bola menggunakan <i>passing</i> dan <i>controll</i> bola dengan kaki bagian dalam.	85 menit
---	------	---	-------------

			
3	Penutup	<ul style="list-style-type: none">- Peserta didik melakukan pendinginan dan pelepasan.- Ajukan kepada peserta didik pertanyaan :<ul style="list-style-type: none">* Apa yang telah kalian pelajari hari ini ? Jawab: melakukan passing dan control dalam permainan sepakbola* Apa yang kalian pikirkan ketika menendang dan mengontrol bola ? Jawab: ketika bola datang harus fokus dalam menendang bola maupun mengontrol bola* Bagaimana posisi kaki saat menendang dan mengontrol bola ? Jawab: saat menendang bola kaki harus diayunkan dan perkenaan harus memakai kaki bagian dalam, begitupun saat melakukan control tetapi tidak harus diayunkan- Peserta didik bersama guru membuat kesimpulan dari pembelajaran yang sudah dilakukan dilanjutkan berdoa untuk mengakhiri pembelajaran, lalu bubarkan.	15 menit

I. Penilaian

- a. Teknik Penilaian :
 - Tes tertulis (aspek kognitif)
 - Tes kinerja (aspek psikomotor)
 - Observasi (aspek afektif)
- b. Bentuk Instrumen :
 - Tes tertulis (aspek kognitif) : Essay

- Tes Kinerja (aspek Psikomotor) : Tes unjuk kerja
- Observasi (aspek afektif) : Lembar observasi

J. RUBRIK PENILAIAN

A. UNJUK KERJA TEKNIK *PASSING* MENGGUNAKAN KAKI BAGIAN DALAM, PADA PERMAINAN SEPAKBOLA

NO	NAMA	ASPEK YANG DINILAI									Jumlah Skor	Nilai
		Posisi Awalan <i>Passing</i>			Ayunan & Perkenaan Kaki pada Bola			<i>Followtrough& Arah Bola Hasil Passing</i>				
		1	2	3	1	2	3	1	2	3		
1	Aisyah Dwi O											
2	Aldo Surya Kusuma											
3	Ana Nur Rahayu											
4	Arif Rizkillah											
5	Dharmawansah											
Skor Maksimal = 9												
Nilai = Jumlah Skor/ Skor Maksimal x 100												

Keterangan :

- A.1.
- Peserta didik mendapatkan poin 3 apabila posisi awalan ketika akan melakukan *passing* benar.
 - Peserta didik mendapatkan poin 2 apabila posisi awalan ketika akan melakukan *passing* mendekati benar.
 - Peserta didik mendapatkan poin 1 apabila posisi awalan ketika akan melakukan *passing* salah.
- A.2.
- Peserta didik mendapatkan poin 3 apabila ayunan benar dan perkenaan kaki pada bola tepat.
 - Peserta didik mendapatkan poin 2 apabila ayunan benar tetapi perkenaan kaki pada bola tidak tepat.
 - Peserta didik mendapatkan poin 1 apabila tidak mengayun tetapi perkenaan kaki benar.
- A.3.
- Peserta didik mendapatkan poin 3 apabila ada *followthrough* dan arah bola hasil *passing* tepat sasaran

- Peserta didik mendapatkan poin 2 apabila ada *followthrough* tetapi arah bola melenceng
- Peserta didik mendapatkan poin 1 apabila tidak ada *followthrough* dan arah bola melenceng.

B. SPIRITUAL DAN SOSIAL

Berikan tanda cek (√) pada kolom yang sudah disediakan, setiap peserta didik menunjukkan atau menampilkan perilaku yang diharapkan. Tiap perilaku yang dicek (√) dengan rentang skor antara 1 sampai dengan 3. (Baik = 3, Cukup = 2, Kurang = 1).

NO	NAMA	ASPEK YANG DINILAI												JMLH SKOR	NILAI
		Berdoa			Tanggung Jawab			Kerja Sama			Disiplin				
		1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3		
1	Aisyah Dwi														
2	Aldo Surya														
3	Ana Nur R														
4	Arif R. M														
5	Asda D														
Skor Maksimal = 12															
Nilai = Jumlah Skor/Skor Maksimal x 100															

C. PENGETAHUAN

- Jelaskan apa yang dimaksud dengan *passing* menggunakan kaki bagian dalam !

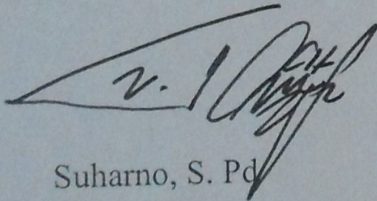
NO	NAMA	Kualitas Jawaban			Jumlah Skor	Nilai
		1	2	3		
1	Aisyah Dwi O					
2	Aldo Surya Kusuma					
3	Ana Nur Rahayu					

4	Arif Rizkillah Munif					
5	Asda Dharmawansah					
Skor Maksimal = 3						
Nilai = Jumlah Skor/ Skor Maksimal x 100						

Keterangan :

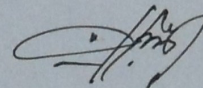
- Peserta didik mendapatkan poin 1 apabila peserta didik hanya mampu menjelaskan salah satu komponen penting dalam jawabannya, misalnya peserta didik hanya mampu menjelaskan sampai tahap awalan saja.
- Peserta didik mendapatkan poin 2 apabila peserta didik mampu menjelaskan 2 dari 3 komponen penting dalam *passing* menggunakan kaki bagian dalam, misalnya peserta didik mampu menjelaskan tahap awalan, dan perkenaan
- Peserta didik mendapatkan poin 3 apabila peserta didik mampu menjelaskan seluruh komponen penting dalam *passing* menggunakan kaki bagian dalam.

Menyetujui
Guru Pembimbing



Suharno, S. Pd
NIP. 196206011987031009

Klaten, 10 Agustus 2015
Mahasiswa



Leli Prastiwi
NIM. 12601241089

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

(RPP 13)

Sekolah	: SMP N 1 Prambanan Klaten
Mata Pelajaran	: Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
Kelas/Semester	: VIII/1 (Gasal)
Materi Pokok	: Atletik (<i>Sprint</i>)
Pertemuan Ke	: 3
Waktu	: 3x40 menit

A. Kompetensi Inti

1. Menghayati dan mengamalkan ajaran yang dianutnya.
2. Menghayati dan mengamalkan perilaku jujur, disiplin, tanggung jawab, peduli (gotong royong, kerjasama, toleransi, damai), santun, responsif dan pro-aktif dan menunjukkan sikap sebagai bagian dari solusi atas berbagai permasalahan dalam berinteraksi secara efektif dengan lingkungan sosial dan alam serta dalam jangkauan pergaulan dan keberadaannya.
3. Memahami pengetahuan (faktual, konseptual, dan prosedural) berdasarkan rasa ingin tahunya tentang ilmu pengetahuan, teknologi, seni, budaya terkait fenomena dan kejadian tampak mata.
4. Mencoba, mengolah, dan menyaji dalam ranah konkret (menggunakan, mengurai, merangkai memodifikasi, dan membuat) sesuai dengan yang dipelajari di sekolah dan sumber lain yang sama dalam sudut pandang/teori.

B. Kompetensi Dasar

- 1.1 Menghayati dan mengamalkan nilai-nilai agama yang dianut dalam melakukan aktivitas jasmani, permainan, dan olahraga, dicerminkan dengan:
 - a. Pembiasaan perilaku berdoa sebelum dan sesudah pelajaran
 - b. Selalu berusaha secara maksimal dan tawakal dengan hasil akhir
 - c. Mempraktikkan kebiasaan baik dalam berolahraga dan latihan
- 2.1 Berperilaku sportif dalam bermain
- 2.2 Bertanggung jawab terhadap keselamatan dan kemajuan diri sendiri dan orang lain, lingkungan sekitar, serta dalam penggunaan sarana dan prasarana pembelajaran

- 2.3 Menghargai perbedaan karakteristik individual dalam melakukan berbagai aktivitas fisik
- 2.6 Disiplin selama melakukan berbagai aktivitas fisik
- 3.5 Memahami pengetahuan teknik dasar atletik (jalan cepat, lari, lompat, dan lempar)
- 4.3 Mempraktikkan teknik dasar dasar atletik (jalan cepat, lari, lompat dan lempar) menekankan gerak dasar fundamentalnya

C. Indikator Pembelajaran

N o	Indikator	Kognitif	Afektif	Psikomotor
1	Peserta didik berdoa sebelum memulai dan mengakhiri pembelajaran	-	√	-
2	Peserta didik menunjukkan sikap tanggungjawab dalam penggunaan sarana prasarana sesuai kebutuhan, dan menjaga keselamatan diri sendiri, orang lain, dan lingkungan sekitar.	-	√	√
3.	Peserta didik berhati-hati selama melakukan aktifitas fisik.	√	√	√
4.	Peserta didik dapat menunjukkan sikap toleransi mau berbagi dengan teman lain	-	√	-
5.	Peserta didik disiplin dalam melakukan aktifitas olahraga.	-	√	√
6.	Peserta didik dapat menjelaskan konsep keterampilan gerak fundamental lari <i>sprint</i> (<i>start</i> , sikap lari, <i>finish</i>) dengan benar.	√	-	√
7.	Peserta didik melakukan keterampilan gerak fundamental lari <i>sprint</i> (<i>start</i> , sikap lari, <i>finish</i>)dengan benar.	√	-	√

D. Materi Pembelajaran

Lari jarak pendek atau *Sprint* adalah salah satu jenis lari yang dilombakan. Lari jenis ini dilakukan dengan kecepatan tinggi dan menempuh

jarak pendek yaitu: lari jarak 100 meter, lari 200 meter, lari 400 meter, dan lari estafet atau lari sambung. Pelari jarak pendek (*sprinter*) menggunakan segala kemampuannya agar dapat secepatnya sampai garis finish. Untuk menjadi seorang *sprinter* atau pelari jarak pendek yang handal diperlukan penguasaan teknik *start* dan teknik lari yang benar, latihan *start* dan latihan teknik lari lakukan secara sistematis dan terprogram. Adapun teknik *start* dan teknik lari jarak pendek adalah sebagai berikut:

Teknik Start

Start adalah sikap dan gerakan awal untuk memulai lari, *start* dalam nomor lari terbagi menjadi 3 macam, yaitu:

- *Start* berdiri (*standing start*) *start* berdiri digunakan untuk lari jarak menengah dan lari jarak jauh.
- *Start* melayang (*flying start*) *start* melayang digunakan oleh pelari II, III, dan IV dalam lari estafet 4 x 100 meter
- *Start* Jongkok (*cruched start*) *start* jongkok digunakan dalam lari jarak pendek.

Start Jongkok

Start Jongkok dibagi menjadi 3 macam *start* yaitu:

- *Start* pendek (*bunch start*)
- *Start* menengah (*medium start*)
- *Start* panjang (*long start*)

Cara melakukan start jongkok

- a. Lutut kaki belakang diletakan pada ujung kaki depan dengan jarak satu kepal tangan.
- b. Kedua lengan lurus sejajar dengan bahu, telapak tangan (jari-jari) letakan dibelakang garis start dengan telapak tangan membentuk "V" terbalik.
- c. Pandangan lurus ke lintasan d. Berat badan berada dikedua tangan. Pada aba-aba "Siap" memindahkan berat badan ke depan, Aba-aba "ya" atau bunyi pistol secara reflek dan cepat melesat bertolak ke depan.
- d. Untuk lebih jelasnya lihat gambar dan ikuti langkah-langkah melakukan *start* jongkok di bawah ini.



Gb. Teknik Start Jongkok

Sumber : <http://pbl-sc.blogspot.com/>

- e. Aba-aba "bersedia" badan di bungkukan kedua telapak tangan bertumpu dibelakang garis start
- f. Aba-aba "siap" lutut di angkat, kedua kaki sedikit bergerak ke atas, pandangan ke depan pendek
- g. Aba-aba "ya" atau bunyi pistol, secara refleks dan cepat bertolak ke depan
- h. Sikap melangkah kaki diangkat lalu ditekuk secara bergantian, kaki digerakan ke depan dengan tumpuan ujung kaki.
- i. Sikap Badan Sikap badan bergerak ke depan, agak condong dan kaki mendorong pinggul ke depan
- j. Pandangan ke arah depan sekitar 10 meter.

Teknik Lari

Teknik lari dilakukan dengan cara :

- a. langkah atau gerakan kaki selebar dan secepat mungkin
- b. pendaratan kaki pada ujung kaki
- c. ayunan lengan rileks dan berirama dengan telapak tangan membuka
- d. sikap badan condong ke depan.

Teknik Finish

Finish adalah penyelesaian lari dengan melewati garis finish atau pita finish. Ada 3 macam cara untuk masuk finish, yaitu:

1. Lari terus tanpa mengurangi kecepatan
2. Pada saat menyentuh pita, dada dicondongkan ke depan dan ayunan tangan ke belakang
3. Pada saat menyentuh pita, dada agak diputar dengan ayunan tangan ke depan



Gb. Teknik *finish*

Sumber : <http://pbl-sc.blogspot.com/>

e. Metode, Model, Pendekatan

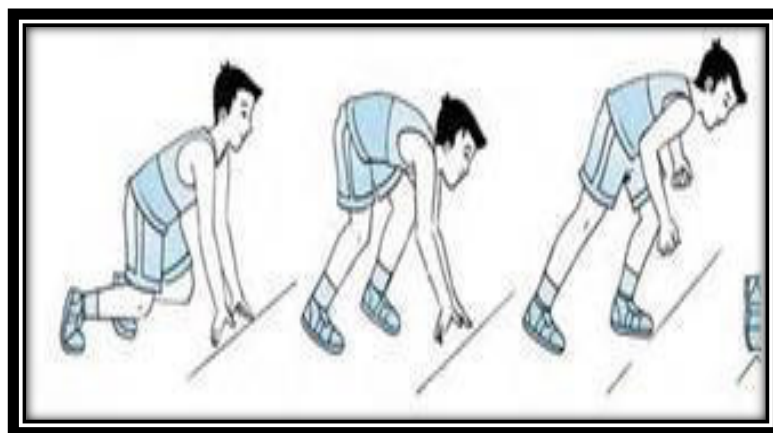
- Komando

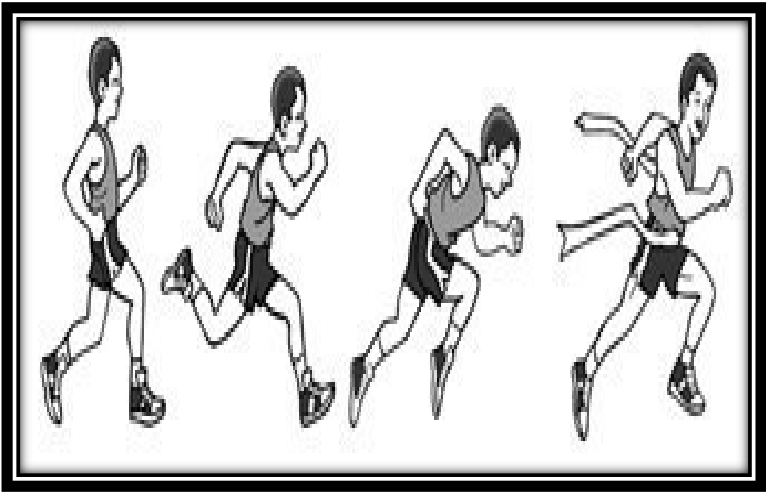
f. Sumber Belajar

Eddy Purnomo. 2011. *Dasar-Dasar Gerak Atletik*. Yogyakarta. Alfamedia.

g. Media Pembelajaran

1. Media Gambar





2. Peralatan

- a. Lintasan Lari
- b. Peluit
- c. Stopwatch
- d. Cone
- e. Tali raffia

h. Langkah-langkah Kegiatan Pembelajaran

No	Deskripsi Kegiatan	Alokasi Waktu
1	<p>Pendahuluan</p> <ul style="list-style-type: none">a. Guru membariskan peserta didik, menyiapkan, dan memimpin doa untuk memulai pembelajaran.b. Guru memeriksa kehadiran peserta didik dan menanyakan kesehatan peserta didik secara umum.c. Guru menyampaikan tujuan pembelajarand. Guru menyampaikan apersepsi mengenai lari jarak pendek (<i>sprint</i>) dilanjutkan peregangan statis dan dinamis serta dilanjutkan permainan hijau-hitam.	20 menit
2	<p>Kegiatan inti</p> <p>1. Mengamati</p> <ul style="list-style-type: none">- Guru menjelaskan materi mengenai lari jarak pendek.- Peserta didik memperhatikan guru yang sedang menjelaskan materi di depan	85 menit

	<p>2. Menanya</p> <ul style="list-style-type: none"> - Mempertanyakan komponen gerak lari jarak pendek. - Bagaimana posisi badan ketika melakukan <i>finishing</i> ? <p>3. Mencoba/Mengumpulkan Data (informasi)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Peserta didik baris menjadi 2 shaf - Baris pertama dan baris kedua berpasangan - Peserta didik baris pertama membawa potongan tali raffia - Peserta didik berlari bersama depan belakang dengan memegang tali raffia - Ketika baris depan melepaskan tali raffia maka baris kedua langsung lari sekencang-kencangnya ke batas yang sudah ditentukan. - Peserta didik mencoba melakukan <i>start</i> jongkok - Peserta didik mencoba melakukan teknik <i>finishing</i>. <p>4. Mengasosiasi (menganalisis data)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Peserta didik merasakan bagaimana posisi tubuh ketika berlari. - Peserta didik mengetahui bagaimana melakukan teknik finishing lari jarak pendek. <p>5. Mengkomunikasikan</p> <ul style="list-style-type: none"> - Peserta didik melakukan lari jarak pendek (<i>sprint</i>) 60 meter menggunakan <i>start</i> jongkok dan teknik <i>finishing</i>. 	
3	Penutup	15 menit

	<ul style="list-style-type: none"> - Peserta didik melakukan pelepasan dan pelepasan - Ajukan kepada peserta didik pertanyaan : <ul style="list-style-type: none"> • Apa yang telah kalian pelajari hari ini ? <p>Jawab : teknik <i>start</i>, lari <i>sprint</i> dan teknik <i>finishing</i>nya.</p> • Bagaimana cara melakukan teknik finishing ? <p>Jawab :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Lari terus tanpa mengurangi kecepatan - Pada saat menyentuh pita, dada dicondongkan ke depan dan ayunan tangan ke belakang - Pada saat menyentuh pita, dada agak diputar dengan ayunan tangan ke depan <ul style="list-style-type: none"> - Peserta didik bersama guru membuat kesimpulan dari pembelajaran yang sudah dilakukan, selanjutnya berdoa untuk mengakhiri pembelajaran. 	
--	---	--

i. Teknik Penilaian

1. Spiritual dan sosial

Berikan tanda cek pada kolom yang sudah disediakan, setiap peserta didik menunjukkan atau menampilkan perilaku yang diharapkan. Tiap perilaku yang dicek dengan rentang skor antara 1 sampai dengan 3. (Baik = 3, Cukup = 2, Kurang = 1).

NO	NAMA	ASPEK YANG DINILAI												JMLH SKOR	NILAI
		Berdoa			Tanggung Jawab			Kerja Sama			Disiplin				
		1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3		
1	Aisyah														

	Dwi														
2	Aldo Surya														
3	Ana Nur R														
4	Arif R. M														
Skor Maksimal = 12															
Nilai = Jumlah Skor/Skor Maksimal x 100															

2. Pengetahuan

- Berikan tanda cek pada kolom yang sudah disediakan .
- Skor 4 : jika jawaban benar
- Skor 3 : jika jawaban mendekati benar
- Skor 2 : jika jawaban kurang
- Skor 1 : jika jawaban salah

- Soal :
1. Bagaimana persiapan dan pelaksanaan lari jarak pendek ?
 2. Bagaimana posisi tubuh ketika melewati garis *finish* ?

No	Nama	Butir Soal								Jumlah Skor	Nilai
		1				2					
		1	2	3	4	1	2	3	4		
1	Roni										
2	Dita										
3	Eko										
4	Deni										
5	Surya										
Jumlah Skor Maksimal = 8											
Nilai = Jumlah Skor/Skor Maksimal x 100											

3. Keterampilan

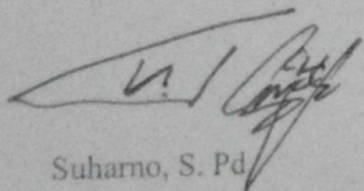
- Dalam pengambilan dapat dilakukan pemberian skor untuk setiap peserta didik, dengan aspek yang dinilai sebagai berikut :
1. Dapat melakukan *start* jongkok

2. Dapat melakukan sikap lari yang benar
3. Dapat melakukan teknik *finishing* yang benar

Berikan tanda cek pada kolom yang sudah disediakan, dengan kriteria sebagai berikut : 4 = gerakan sangat baik, 3 = gerakan baik, 2 = gerakan cukup, 1 = gerakan salah.

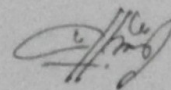
No	Nama	Aspek Yang Dinilai												Jumlah Skor	Nilai
		Start Jongkok				Sikap Lari				Finishing					
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4		
1	Surya														
2	Roni														
3	Deni														
4	Eko														
5	Haidar														
Jumlah Skor Maksimal : 12															
Nilai = Jumlah Skor/ Jumlah Skor Maksimal x 100															

Menyetujui
Guru Pembimbing



Suharno, S. Pd
NIP. 196206011987031009

Klaten, 10 Agustus 2015
Mahasiswa



Leli Prastiwi
NIM. 12601241089

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN PENJAS

(RPP 13)

Sekolah	: SMP N 1 Prambanan Klaten
Mata Pelajaran	: Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
Kelas/Semester	: VIII/1 (Gasal)
Materi Pokok	: Permainan Bola Besar Bola Voli
Pertemuan Ke	: 4
Waktu	: 3x40 menit

A. Kompetensi Inti

1. Menghayati dan mengamalkan ajaran yang dianutnya.
2. Menghayati dan mengamalkan perilaku jujur, disiplin, tanggung jawab, peduli (gotong royong, kerjasama, toleransi, damai), santun, responsif dan pro-aktif dan menunjukkan sikap sebagai bagian dari solusi atas berbagai permasalahan dalam berinteraksi secara efektif dengan lingkungan sosial dan alam serta dalam jangkauan pergaulan dan keberadaannya.
3. Memahami pengetahuan (faktual, konseptual, dan prosedural) berdasarkan rasa ingin tahunya tentang ilmu pengetahuan, teknologi, seni, budaya terkait fenomena dan kejadian tampak mata.
4. Mencoba, mengolah, dan menyaji dalam ranah konkret (menggunakan, mengurai, merangkai, memodifikasi, dan membuat) sesuai dengan yang dipelajari di sekolah dan sumber lain yang sama dalam sudut pandang/teori.

B. Kompetensi Dasar

- 1.1 Menghayati dan mengamalkan nilai-nilai agama yang dianut dalam melakukan aktivitas jasmani, permainan, dan olahraga, dicerminkan dengan:
 - a. Pembiasaan perilaku berdoa sebelum dan sesudah pelajaran
 - b. Selalu berusaha secara maksimal dan tawakal dengan hasil akhir
 - c. mempraktikkan kebiasaan baik dalam berolahraga dan latihan
- 2.1 Berperilaku sportif dalam bermain
- 2.2 Bertanggung jawab terhadap keselamatan dan kemajuan diri sendiri dan orang lain, lingkungan sekitar, serta dalam penggunaan sarana dan prasarana pembelajaran

- 2.3Menghargai perbedaan karakteristik individual dalam melakukan berbagai aktivitas fisik
- 2.4 Menunjukkan kemauan kerjasama dalam melakukan berbagai aktivitas fisik dalam bentuk permainan
- 2.5 Toleransi dan mau berbagi dengan teman lain dalam penggunaan peralatan dan kesempatan
- 2.6 Disiplin selama melakukan berbagai aktivitas fisik
- 3.3 Memahami pengetahuan modifikasi teknik dasar permainan bola besar
- 4.1 mempraktikkan modifikasi teknik dasar permainan bola besar dengan menekankan gerak dasar fundamentalnya

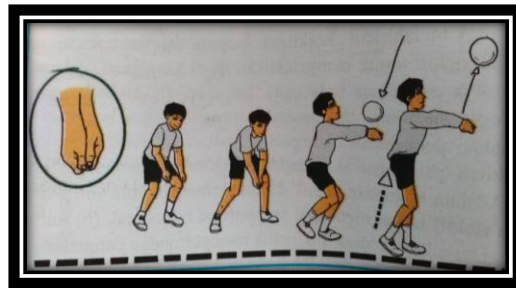
C. Indikator Pembelajaran

No	Indikator	Kognitif	Afektif	Psikomotor
1	Peserta didik berdoa sebelum memulai dan mengakhiri pembelajaran	-	√	-
2	Peserta didik menunjukkan sikap tanggungjawab dalam penggunaan sarana prasarana sesuai kebutuhan, dan menjaga keselamatan diri sendiri, orang lain, dan lingkungan sekitar.	-	√	√
3.	Peserta didik berhati-hati selama melakukan aktifitas fisik.	√	√	√
4.	Peserta didik menunjukkan sikap toleransi mau berbagi dengan teman lain	-	√	-
5.	Peserta didik disiplin dalam melakukan aktifitas olahraga.	-	√	√
6.	Peserta didik menjelaskan konsep keterampilan gerak fundamental bola voli (<i>passing</i> bawah dan <i>passing</i> atas).	√	-	√
7.	Peserta didik melakukan keterampilan gerak fundamental sepak bola (<i>passing</i> menggunakan kaki bagian dalam dan <i>controlling</i>).	√	-	√
8.	Peserta didik bermain permainan bola voli	√	√	√

D. Materi Pembelajaran

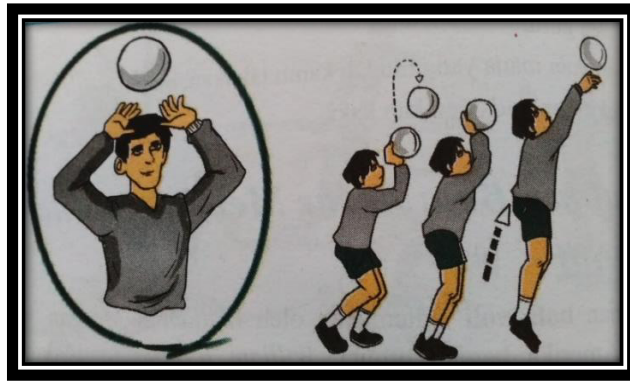
1. *Passing Bawah*

- a. **Persiapan** : berdiri dengan kedua kaki dibuka selebar bahu dan kedua lutut direndahkan hingga berat badan tertumpu pada kedua ujung kaki di bagian depan. Rapatkan dan luruskan kedua lengan di depan badan hingga kedua ibu jari sejajar, dan pandangan ke arah datangnya bola.
- b. **Gerakan** : dorongkan kedua lengan ke arah datangnya bola bersamaan kedua lutut dan pinggul naik serta tumit terangkat dari lantai. Usahakan arah datangnya bola tepat di tengah-tengah badan, perkenaan bola tepat pada pergelangan tangan.
- c. **Akhir Gerakan** : tumit terangkat dari lantai, pinggul dan lutut naik serta kedua lengan lurus, pandangan mengikuti arah gerakan bola. Gerakan ini merupakan gerakan dasar mendorong.



2. *Passing Atas*

- a. **Persiapan** : berdiri dengan kedua kaki dibuka selebar bahu, kedua lutut direndahkan hingga berat badan bertumpu pada ujung kaki bagian depan, posisi lengan di depan badan dengan kedua telapak tangan dan jari-jari renggang sehingga membentuk seperti mangkuk di depan atas wajah.
- b. **Gerakan** : dorongkan kedua lengan ke arah datangnya bola bersamaan kedua lutut dan pinggul naik serta tumit terangkat, usahakan arah datangnya bola tepat ditengah-tengah atas wajah, perkenaan bola yang baik adalah tepat mengenai jari-jari tangan.
- c. **Akhir Gerakan** : tumit terangkat dari lantai, pinggul dan lutut naik serta kedua lengan lurus, pandangan mengikuti arah gerakan bola. Gerakan ini merupakan gerak dasar (fundamental) dari gerak mendorong.



E. Metode, Model, Pendekatan

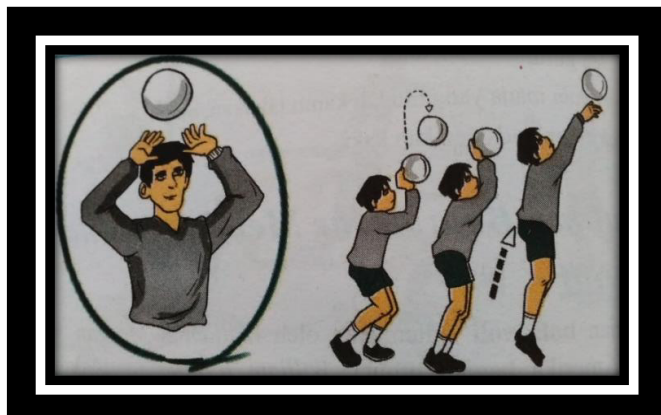
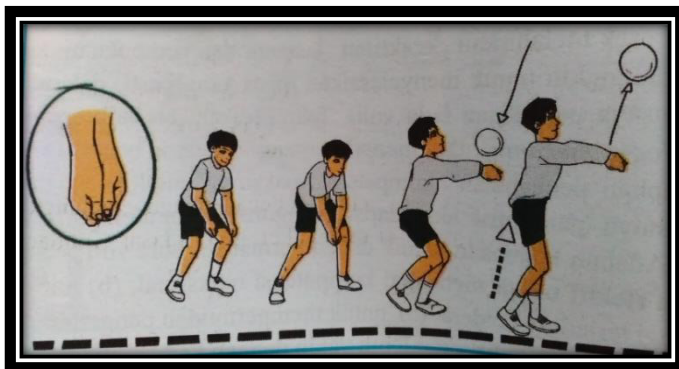
- Model : *TGFU (Teaching game for Understanding)*
- Pendekatan : *Scientific*

F. Sumber Belajar

- Buku Siswa Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan SMP/MTs Kelas VII, Cetakan Ke-1. 2013. Jakarta: Kemendikbud. (hal. 21)
- Buku Guru Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan SMP/MTs Kelas VII, Cetakan Ke-1. 2013. Jakarta: Kemendikbud. (hal. 6-21)

G. Media Pembelajaran

1. Media Gambar

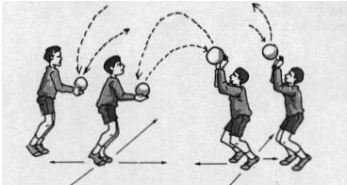


2. Peralatan

- 1. Peluit
- 2. *Stop watch*
- 3. Bola volly
- 4. Lapangan

H. Langkah-langkah Kegiatan Pembelajaran

No	Kegiatan	Deskripsi Kegiatan	Alokasi
1	Pendahuluan	<ul style="list-style-type: none">- Guru membariskan peserta didik, menyiapkan dan memimpin doa untuk memulai pembelajaran.- Guru memeriksa kehadiran peserta didik dan menanyakan kesehatan peserta didik secara umum.- Peserta didik membentuk ke dalam 3 kelompok (putra-putri sendiri). Dalam kelompok peserta didik melingkar dan mem-passing bola ke temannya. Bola jangan sampai jatuh dan keluar dari lingkaran.	20 menit
2	Inti	<p>1. Mengamati</p> <ul style="list-style-type: none">- Guru menjelaskan materi tentang materi <i>passing</i> atas dan <i>passing</i> bawah.- Peserta didik memperhatikan guru yang sedang menjelaskan materi. <p>2. Menanya</p> <ul style="list-style-type: none">- Mempertanyakan komponen gerakan <i>passing</i> atas dan <i>passing</i> bawah.- Bagaimana cara <i>passing</i> bawah dan <i>passing</i> atas yang benar supaya bola hasil <i>passing</i> bisa tepat sasaran ?. <p>3. Mencoba/ Mengumpulkan Data (</p>	85 menit

		<p>Informasi)</p> <ul style="list-style-type: none">- Peserta didik membagi ke dalam 3 kelompok (putra-putri sendiri)- Peserta didik berpasangan dan saling berhadapan dengan jarak 4-5 meter.- Peserta didik melakukan <i>passing</i> berhadapan 	
		<p>4. Mengasosiasi/Menganalisis Data</p> <ul style="list-style-type: none">- Peserta didik menemukan kesalahan yang sering dilakukan pada gerakan <i>passing</i> atas dan <i>passing</i> bawah.- Peserta didik menemukan cara <i>passing</i> atas dan <i>passing</i> bawah yang benar. <p>5. Mengkomunikasikan</p> <ul style="list-style-type: none">- Peserta didik dibagi menjadi 2 kelompok (putra-putri sendiri)- Setiap kelompok bermain bola voli tanpa menggunakan <i>smash</i> dan <i>block</i>.	
3	Penutup	<ul style="list-style-type: none">- Peserta didik melakukan pelepasan dan pelepasan.- Ajukan kepada peserta didik pertanyaan :<ul style="list-style-type: none">* Apa yang telah kalian pelajari hari ini ?* Apa yang kalian pikirkan ketika mem-<i>passing</i> bola ?* Bagaimana posisi tangan saat mem-<i>passing</i> bola (<i>passing</i> bawah) ?- Peserta didik bersama guru membuat kesimpulan dari pembelajaran yang sudah dilakukan dilanjutkan berdoa untuk mengakhiri pembelajaran.	15 menit

I. Penilaian

a. Teknik Penilaian :

- Tes tertulis (aspek kognitif)
- Tes kinerja (aspek psikomotor)
- Observasi (aspek afektif)

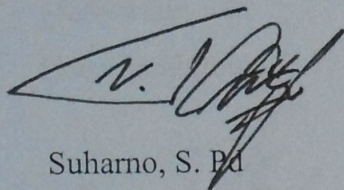
b. Bentuk Instrumen :

- Tes tertulis (aspek kognitif) : Essay
- Tes Kinerja (aspek Psikomotor) : Tes unjuk kerja
- Observasi (aspek afektif) : Lembar observasi

c. Instrumen :Terlampir

Menyetujui

Guru Pembimbing

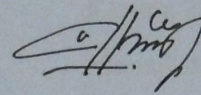


Suharno, S. Pd

NIP. 19620601 198703 1 009

Klaten, 10 Agustus 2015

Mahasiswa



Leli Prastiwi

NIM. 12601241089

I. RUBRIK PENILAIAN

A. UNJUK KERJA TEKNIK *PASSING* BAWAH

No	Nama Peserta Didik	Jumlah <i>Passing</i> Bawah dalam 60 detik	Nilai
1	Aisyah Dwi O		
2	Aldo Surya Kusuma		
3	Ana Nur Rahayu		
4	Arif Rizkillah Munif		
5	Asda Dharmawansah		

Kategori :

No	Jumlah	Kategori
1	$x \geq 60$	Istimewa
2	31-59	Baik
3	11-30	Sedang
4	$x \leq 10$	Kurang

B. SPIRITUAL DAN SOSIAL

Berikan tanda cek (✓) pada kolom yang sudah disediakan, setiap peserta didik menunjukkan atau menampilkan perilaku yang diharapkan. Tiap perilaku yang dicek (✓) dengan rentang skor antara 1 sampai dengan 3. (Baik = 3, Cukup = 2, Kurang = 1).

NO	NAMA	ASPEK YANG DINILAI												JMLH SKOR	NILAI
		Berdoa			Tanggung Jawab			Kerja Sama			Disiplin				
		1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3		
1	Aisyah Dwi														
2	Aldo Surya														

3	Ana Nur R														
4	Arif R. M														
5	Asda D														
Skor Maksimal = 12															
Nilai = Jumlah Skor/Skor Maksimal x 100															

C. PENGETAHUAN

- Jelaskan apa yang dimaksud dengan *passing* bawah !

NO	NAMA	Kualitas Jawaban				Jumlah Skor	Nilai
		1	2	3	4		
1	Aisyah Dwi O						
2	Aldo Surya Kusuma						
3	Ana Nur Rahayu						
4	Arif Rizkillah Munif						
5	Asda Dharmawansah						
Skor Maksimal = 3							
Nilai = Jumlah Skor/ Skor Maksimal x 100							

Keterangan :

- Peserta didik mendapatkan poin 1 apabila peserta didik menjawab pertanyaan salah
- Peserta didik mendapatkan poin 2 apabila peserta didik hanya mampu menjelaskan salah satu komponen penting dalam jawabannya, misalnya peserta didik hanya mampu menjelaskan sampai tahap awalan saja.
- Peserta didik mendapatkan poin 3 apabila peserta didik mampu menjelaskan 2 dari 3 komponen penting dalam *passing* bawah, misalnya siswa mampu menjelaskan tahap awalan, dan perkenaan
- Siswa mendapatkan poin 4 apabila siswa mampu menjelaskan seluruh komponen penting dalam *passing* bawah.

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

(RPP 13)

Sekolah	: SMP N 1 Prambanan Klaten
Mata Pelajaran	: Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
Kelas/Semester	: VIII/1 (Gasal)
Materi Pokok	: Atletik (<i>lari jarak menengah 1500m</i>)
Pertemuan Ke	: 5
Waktu	: 3x40 menit

A. Kompetensi Inti

1. Menghayati dan mengamalkan ajaran yang dianutnya.
2. Menghayati dan mengamalkan perilaku jujur, disiplin, tanggung jawab, peduli (gotong royong, kerjasama, toleransi, damai), santun, responsif dan pro-aktif dan menunjukkan sikap sebagai bagian dari solusi atas berbagai permasalahan dalam berinteraksi secara efektif dengan lingkungan sosial dan alam serta dalam jangkauan pergaulan dan keberadaannya.
3. Memahami pengetahuan (faktual, konseptual, dan prosedural) berdasarkan rasa ingin tahunya tentang ilmu pengetahuan, teknologi, seni, budaya terkait fenomena dan kejadian tampak mata.
4. Mencoba, mengolah, dan menyaji dalam ranah konkret (menggunakan, mengurai, merangkai, memodifikasi, dan membuat) sesuai dengan yang dipelajari di sekolah dan sumber lain yang sama dalam sudut pandang/teori.

B. Kompetensi Dasar

- 1.1 Menghayati dan mengamalkan nilai-nilai agama yang dianut dalam melakukan aktivitas jasmani, permainan, dan olahraga, dicerminkan dengan:
 - a. Pembiasaan perilaku berdoa sebelum dan sesudah pelajaran
 - b. Selalu berusaha secara maksimal dan tawakal dengan hasil akhir
 - c. Mempraktikkan kebiasaan baik dalam berolahraga dan latihan
- 2.1 Berperilaku sportif dalam bermain
- 2.2 Bertanggung jawab terhadap keselamatan dan kemajuan diri sendiri dan orang lain, lingkungan sekitar, serta dalam penggunaan sarana dan prasarana pembelajaran

- 2.3 Menghargai perbedaan karakteristik individual dalam melakukan berbagai aktivitas fisik
- 2.6 Disiplin selama melakukan berbagai aktivitas fisik
- 3.5 Memahami pengetahuan teknik dasar atletik (jalan cepat, lari, lompat, dan lempar)
- 4.3 Mempraktikkan teknik dasar dasar atletik (jalan cepat, lari, lompat dan lempar) menekankan gerak dasar fundamentalnya

C. Indikator Pembelajaran

No	Indikator	Kognitif	Afektif	Psikomotor
1	Peserta didik berdoa sebelum memulai dan mengakhiri pembelajaran	-	√	-
2	Peserta didik menunjukkan sikap tanggungjawab dalam penggunaan sarana prasarana sesuai kebutuhan, dan menjaga keselamatan diri sendiri, orang lain, dan lingkungan sekitar.	-	√	√
3.	Peserta didik berhati-hati selama melakukan aktifitas fisik.	√	√	√
4.	Peserta didik dapat menunjukkan sikap toleransi mau berbagi dengan teman lain	-	√	-
5.	Peserta didik disiplin dalam melakukan aktifitas olahraga.	-	√	√
6.	Peserta didik dapat menjelaskan konsep keterampilan gerak fundamental lari jarak menengah 1500m dengan benar.	√	-	-
7.	Peserta didik melakukan keterampilan gerak fundamental lari jarak menengah 1500m dengan benar.	-	-	√

D. Materi Pembelajaran

- Teknik *start*
 Teknik *start* terdiri atas :
 - a. Ketika aba-aba “bersedia”, pelari melangkah ke depan dengan sikap tenang dan berdiri tegap di belakang garis *start*.

- b. Aba-aba “siap” pelari mengambil sikap start dengan meletakkan kaki terkuat di depan dan kaki satunya di belakang. Posisi badan condong ke depan dan tidak menginjak garis *start*.
 - c. Aba-aba “ya” pelari mulai berlari dengan kecepatan biasa hanya mengeluarkan kecepatan seperempat atau tiga perempat dari kecepatan penuh si pelari.
- Sikap Berlari.
Teknik gerakan lari ini meliputi :
 - a. Posisi kepala dan badan tidak terlalu condong sikap badan sebagaimana layaknya orang yang berlari.
 - b. Pendaratan pada tumit dan menolak dengan ujung kaki.
 - c. Ayunkan kedua lengan untuk mengimbangi gerakan kaki.
 - d. Ayunan lutut tidak setinggi pinggul.
 - e. Gerakan tungkai bawah dari belakang jaraknya tidak terlalu tinggi
- Teknik saat memasuki garis *finish*, yaitu :
 - a. Lari terus tanpa mengubah gaya berlari. Langkah kaki dipercepat dan diperlebar. Perhatian harus dipusatkan pada garis *finish*. Apabila terdapat pita di garis *finish* jangan sekali-kali meraihnya dengan tangan . Berlarilah terus sampai beberapa meter dari garis *finish* dan jangan berhenti mendadak setelah melewati garis *finish*.
 - b. Dada membusung ke depan dan posisi kedua tangan lurus ke belakang.
 - c. Salah satu bagian bahu maju ke depan.
 - d. Kepala tertunduk sedangkan lengan kedua berayun kembali

E. Metode, Model, Pendekatan

- Komando

F. Sumber Belajar

Eddy Purnomo. 2011. *Dasar-Dasar Gerak Atletik*. Yogyakarta. Alfamedia.

G. Media Pembelajaran

- a. Lintasan Lari
- b. Peluit
- c. Alat Tulis
- d. *Stopwatch*

H. Langkah-langkah Kegiatan Pembelajaran

No	Deskripsi Kegiatan	Alokasi waktu
1	<p>Pendahuluan</p> <ul style="list-style-type: none">a. Guru membariskan peserta didik, menyiapkan, dan memimpin doa untuk memulai pembelajaran.b. Guru memeriksa kehadiran peserta didik dan menanyakan kesehatan peserta didik secara umum.c. Guru menyampaikan tujuan pembelajarand. Guru menyampaikan apersepsi mengenai lari jarak menengah (<i>1500m</i>) dilanjutkan peregangan statis dan dinamis serta dilanjutkan permainan hijau-hitam.	20 menit
2	<p>Kegiatan inti</p> <ul style="list-style-type: none">1. Mengamati<ul style="list-style-type: none">- Guru menjelaskan materi mengenai lari jarak menengah 1500m.- Peserta didik memperhatikan guru yang sedang menjelaskan materi di depan2. Menanya<ul style="list-style-type: none">- Mempertanyakan komponen gerak lari jarak menengah.- Bagaimana posisi badan ketika melakukan <i>finishing</i> ?3. Mencoba/Mengumpulkan Data (informasi)<ul style="list-style-type: none">- Peserta didik dibagi menjadi 2 kelompok- Peserta didik melakukan permainan betengan- Salah satu peserta didik lari mengarah ke beteng lawan dan dikejar oleh lawan siapa yang bisa masuk ke beteng lawan itulah yang menang- Peserta didik mencoba melakukan <i>start</i> berdiri- Peserta didik mencoba melakukan teknik <i>finishing</i>.4. Mengasosiasi (menganalisis data)<ul style="list-style-type: none">- Peserta didik merasakan bagaimana posisi tubuh ketika berlari.- Peserta didik mengetahui bagaimana melakukan	85 menit

2. Pengetahuan

Berikan tanda cek pada kolom yang sudah disediakan .

- Skor4 :jika jawaban benar
- Skor3 :jika jawaban mendekati benar
- Skor2 :jika jawaban kurang
- Skor1 :jika jawaban salah

Soal :

1. Bagaimana persiapan dan pelaksanaan lari jarak menengah ?
2. Bagaimana posisi tubuh ketika melakukan *start* ?

No	Nama	Butir Soal								Jumlah Skor	Nilai
		1				2					
		1	2	3	4	1	2	3	4		
1	Roni										
2	Dita										
3	Eko										
4	Deni										
5	Surya										
Jumlah Skor Maksimal = 8											
Nilai = Jumlah Skor/Skor Maksimal x 100											

3. Keterampilan

Dalam pengambilan dapat dilakukan pemberian skor untuk setiap peserta didik, dengan aspek yang dinilai sebagai berikut :

1. Dapat melakukan *start* melayang
2. Dapat melakukan sikap lari yang benar
3. Dapat melakukan teknik *finishing* yang benar

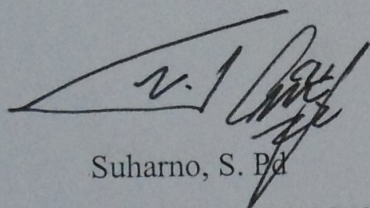
Berikan tanda cek pada kolom yang sudah disediakan, dengan criteria sebagai berikut :

- a. 4 = gerakan sangat baik
- b. 3 = gerakan baik
- c. 2 = gerakan cukup

d. 1 = gerakan salah

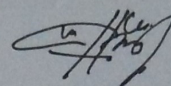
No	Nama	Aspek Yang Dinilai												Jumlah Skor	Nilai
		Start Jongkok				Sikap Lari				Finishing					
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4		
1	Surya														
2	Roni														
3	Deni														
4	Eko														
5	Haidar														
Jumlah Skor Maksimal : 12															
Nilai = Jumlah Skor/ Jumlah Skor Maksimal x 100															

Menyetujui
Guru Pembimbing



Suharno, S. Pd
NIP. 196206011987031009

Klaten, 26 Agustus 2015
Mahasiswa



Leli Prastiwi
NIM. 12601241089

DAFTAR HADIR SISWA

Nama Sekolah : SMP N 1 Prambanan Klaten Kelas : 8A

Mata Pelajaran : Pend. Jasmani Olahraga dan Kesehatan

Tahun Pelajaran : 2015/2016

Semester : Gasal

[illegible]

DAFTAR HADIR SISWA

Nama Sekolah : SMP N 1 Prambanan Klaten Kelas : 8B

Mata Pelajaran : Pend. Jasmani Olahraga dan Kesehatan

Tahun Pelajaran : 2015/2016

Semester : Gasal

No	NIS	NAMA SISWA	AGUSTUS- SEPTEMBER																							
			11	18	25	1	8																			
1	9686	Ahmad Nugroho	√	√	√																					
2	9689	Alvina Putri Diani S	√	√	√																					
3	9690	Alvinna Putri R	√	√	√																					
4	9691	Amelia Anastasia D	√	√	√																					
5	9692	Andita Aghna H	√	√	√																					
6	9693	Andra Kritian Very	√	√	√																					
7	9694	Anjali Putri Permata	√	√	√																					
8	9695	Ari Riyadianto	√	a	√																					
9	9697	Deki Ilham Fadholi	√	√	√																					
10	9698	Desi Nurcahyani	√	√	√																					
11	9699	Eka Salma Dina	√	√	√																					
12	9700	Elang Hilmi W	√	√	√																					
13	9701	Elisa Fitri Handayani	√	√	√																					
14	9702	Enrico Christian Aji	√	√	√																					
15	9703	Fadhilla Wahyu I	s	√	√																					
16	9667	Joseph Wilsen K. M	√	√	√																					
17	9708	Khafidz Nur Hidayah	√	√	√																					
18	9672	Maria Agustin N	√	√	√																					
19	9709	Muhammad Diva T	√	√	√																					
20	9710	Muhammad Wahid A	√	√	√																					
21	9711	Nathania Ajeng K.S	s	√	√																					
22	9674	Nicholas Sena	√	√	√																					
23	9712	Oktaria Dwi Nur’aini	√	√	√																					
24	9713	Pandu Putra Pasanda	√	√	√																					
25	9714	Pena Dea Puspita	√	√	√																					
26	9715	Rachma Fathya Raufi	√	√	√																					
27	9679	Sesarius Sandang B	√	√	√																					
28	9680	Sylvia Putri Natalia	√	√	√																					
29	9716	Syifa Nur Laila	√	√	√																					
30	9717	Tesa Nurazis	√	√	√																					
31	9682	Thalita Yosephine S	√	√	√																					
32	9685	Winnar Yoga P	√	√	√																					
33	9718	Yuda Dwi Prananda	√	√	√																					
34	9719	Yulaikha Nur Hastuti	√	√	√																					

DAFTAR HADIR SISWA

Nama Sekolah : SMP N 1 Prambanan Klaten Kelas : 8C

Mata Pelajaran : Pend. Jasmani Olahraga dan Kesehatan

Tahun Pelajaran : 2015/2016

Semester : Gasal

[illegible]

DAFTAR HADIR SISWA

Nama Sekolah : SMP N 1 Prambanan Klaten Kelas : 8D

Mata Pelajaran : Pend. Jasmani Olahraga dan Kesehatan

Tahun Pelajaran : 2015/2016

Semester : Gasal

[illegible]

DAFTAR HADIR SISWA

Nama Sekolah : SMP N 1 Prambanan Klaten Kelas : 8E

Mata Pelajaran : Pend. Jasmani Olahraga dan Kesehatan

Tahun Pelajaran : 2015/2016

Semester : Gasal

[illegible]

Lampiran

Teknik Penilaian Lompat Jauh

Kelas VIII A

1. Spiritual dan sosial

Berikan tanda cek pada kolom yang sudah disediakan, setiap peserta didik menunjukkan atau menampilkan perilaku yang diharapkan. Tiap perilaku yang dicek dengan rentang skor antara 1 sampai dengan 3. (Baik = 3, Cukup = 2, Kurang = 1).

No	Nama	Aspek Yang Dinilai												Jumlah Skor	Nilai
		Berdoa			Tanggung Jawab			Kerja Sama			Disiplin				
		1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3		
1	Adinda Putri Rahmadina			√			√		√				√	11	91,7
2	Adji Pangestu Nugroho			√			√		√				√	11	91,7
3	Akmal Kusuma Aji			√			√			√			√	11	91,7
4	Alan Joevianto Thie			√		√			√				√	10	83,3
5	Alfian Putra Pamungkas			√			√			√			√	12	100
6	Alfinda Agsatie R			√			√		√				√	11	91,7
7	Alvinda Khoirunnisa	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
8	Andromeda Pandu Saputro			√			√			√			√	12	100
9	Annisa Wafiq Azizah			√			√		√				√	11	91,7
10	Bagas Rendi Setyawan			√			√		√			√		10	83,3
11	Berlian Putri Zulkarnain			√			√		√				√	11	91,7
12	Cicilia Novaldini Pakhan	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
13	Deka Aldi Bagas Nugroho			√			√		√				√	11	91,7
14	Dhiva Azzahra Regina P	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
15	Dimas Arya Prameswara			√			√			√			√	11	91,7
16	Dipa Suryatista Estanto			√			√			√			√	11	91,7
17	Fairdi Bimo Wicaksono A			√			√		√				√	11	91,7
18	Fajri Prasetyo Utomo			√			√		√				√	11	91,7
19	Fatya Virnanda Sasetyawati	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
20	Fredrich Immanuel S			√			√		√			√		10	83,3
21	Haris Muhlisin			√			√		√				√	11	91,7
22	Indriana Windi Untari			√			√		√				√	11	91,7
23	Inggirviana Luthfi Pramestri			√		√			√			√		11	91,7
24	Kelana Ade Irawan			√			√			√			√	12	100
25	Lina Anggita Ahsani			√			√		√				√	11	91,7
26	M. H Mahendra Virendra K			√			√		√			√		10	83,3
27	Muhamad Saifudin			√			√		√				√	11	91,7
28	Muhammad Hafizh H. P			√			√		√				√	11	91,7
29	Muhammad Sidiq F			√			√		√				√	11	91,7
30	Radika Siwi Nurrohma			√			√		√				√	11	91,7
31	Rossandra Dwi Meldanti			√			√			√			√	12	100
32	Sylva Intan Maharani			√			√			√			√	12	100
33	Ufun Julia Rizki	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
34	Zalfa Jihan Lutfi			√		√			√				√	10	83,3
Jumlah Skor Maksimal = 12															
NILAI = Jumlah Skor/Skor Maks x 100															

2. Pengetahuan

3. Berikan tanda cek pada kolom yang sudah disediakan .

Skor 4 : jika jawaban benar

Skor 3 : jika jawaban mendekati benar

Skor 2 : jika jawaban kurang

Skor 1 : jika jawaban salah

Soal : 1. Bagaimana persiapan dan pelaksanaan lompat jauh ?

2. Bagaimana posisi tubuh saat menggantung ?

[illegible]

4. Keterampilan

Dalam pengambilan dapat dilakukan pemberian skor untuk setiap peserta didik, dengan aspek yang dinilai sebagai berikut :

- 1. Dapat melakukan awalan
- 2. Dapat melakukan tolakan
- 3. Dapat melakukan gerak menggantung
- 4. Dapat melakukan pendaratan

Berikan tanda cek pada kolom yang sudah disediakan, dengan criteria sebagai berikut :

- a. 4 = gerakan sangat baik
- b. 3 = gerakan baik
- c. 2 = gerakan cukup
- d. 1 = gerakan salah

No	Nama	Aspek yang Dinilai																Jumlah Skor	Nilai
		Awalan				Tolakan				Gerak Menggantung				Pendaratan					
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4		
1	Adinda R			√				√				√				√		12	75
2	Adji P. N				√			√				√				√		13	81,25
3	Akmal K			√				√				√					√	12	75
4	Alan J. T				√		√					√					√	13	81,25
5	Alfian P				√			√				√				√		12	75
6	Alfinda A			√					√			√				√		12	75
7	Alvinda	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
8	Andromeda			√			√					√					√	12	75
9	Annisa W				√			√				√				√		12	75
10	Bagas R. S				√		√						√				√	14	87,5
11	Berlian P			√				√					√				√	12	75
12	Cicilia N. P	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
13	Deka Aldi			√				√					√				√	13	81,25
14	Dhiva A. R	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
15	Dimas A. P				√			√				√				√		12	75
16	Dipa S. E			√				√					√			√		12	75
17	Fairdi B. W				√			√					√			√		13	81,25
18	Fajri P. U				√				√				√			√		14	87,5
19	Fatya V. S	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
20	Fredrich I			√				√					√			√		12	75
21	Haris M				√				√			√				√		13	81,25
22	Indriana W			√				√					√			√		12	75
23	Inggirviana				√			√				√				√		12	75
24	Kelana A. I				√				√			√					√	14	87,5
25	Lina A. A			√				√					√			√		12	75
26	Mahendra				√				√			√				√		13	81,25
27	M. Saifudin			√				√					√			√		12	75
28	M. Hafizh				√				√				√			√		14	87,5
29	M. Sidiq F				√				√				√			√		12	75
30	Radika S N			√				√					√			√		12	75
31	Rossandra			√				√					√			√		12	75
32	Sylva I. M				√			√				√				√		12	75

33	Ufun Julia	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
34	Zalfa Jihan			√			√			√			√			12	75
Jumlah Skor Maksimal : 16																	
$\text{Nilai} = \frac{\text{Jumlah Skor}}{\text{Skor Maksimal}} \times 100$																	

Lampiran

Teknik Penilaian Lompat Jauh

Kelas VIII B

1. Spiritual dan sosial

Berikan tanda cek pada kolom yang sudah disediakan, setiap peserta didik menunjukkan atau menampilkan perilaku yang diharapkan. Tiap perilaku yang dicek dengan rentang skor antara 1 sampai dengan 3. (Baik = 3, Cukup = 2, Kurang = 1).

No	Nama	Aspek Yang Dinilai												Jumlah Skor	Nilai
		Berdoa			Tanggung Jawab			Kerja Sama			Disiplin				
		1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3		
1	Ahmad Nugroho			√		√				√	√			9	75
2	Alvina Putri Diani S			√		√			√			√		9	75
3	Alvinna Putri Ramadhanis			√		√				√		√		10	83,3
4	Amelia Anastasia Dewi			√		√				√		√		10	83,3
5	Andita Aghna Hafizah			√		√			√			√		9	75
6	Andra Kritian Very			√		√				√		√		10	83,3
7	Anjali Putri Permata Sari			√			√			√		√		11	91,7
8	Ari Riyadianto			√		√			√				√	10	83,3
9	Deki Ilham Fadoli			√		√			√			√		9	75
10	Desi Nurcahyani			√			√		√			√		9	75
11	Eka Salma Dina			√		√			√			√		9	75
12	Elang Hilmi Wicaksono			√		√				√		√		10	83,3
13	Elisa Fitri Handayani			√		√			√			√		9	75
14	Enrico Christian Aji			√			√		√			√		10	83,3
15	Fadhilla Wahyu Indrajati			√		√			√			√		9	75
16	Joseph Wilsen Kim Manda		√			√			√			√		8	66,7
17	Khafidz Nur Hidayah			√			√		√			√		10	83,3
18	Maria Agustin Ningsih			√			√		√			√		10	83,3
19	Muhammad Diva Tramesa			√			√		√				√	11	91,7
20	Muhammad Wahid Arya N			√			√		√			√		10	83,3
21	Nathania Ajeng Kinanti S W	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
22	Nicholas Sena Wahyu N			√		√				√		√		10	83,3
23	Oktaria Dwi Nur'aini			√		√			√			√		9	75
24	Pandu Putra Pasanda			√		√			√			√		9	75
25	Pena Dea Puspita			√		√			√			√		9	75
26	Rachma Fatya Raufi			√		√			√			√		9	75
27	Sesarius Sandang Bagastowo			√			√		√			√		10	83,3
28	Silvy Putri Natalia			√		√			√			√		9	75
29	Syifa Nur Laila			√		√			√			√		9	75
30	Tesa Nurazis			√		√				√		√		10	83,3
31	Thalita Yosephine Setyawan			√		√				√		√		10	83,3
32	Winnar Yoga Prabanadi		√			√			√			√		8	66,7
33	Yuda Dwi Prananda			√		√				√		√		10	83,3
34	Yulaikha Nur Hastuti		√			√			√			√		8	66,7
Jumlah Skor Maksimal = 12															
NILAI = Jumlah Skor/Skor Maks x 100															

3. Keterampilan

Dalam pengambilan dapat dilakukan pemberian skor untuk setiap peserta didik, dengan aspek yang dinilai sebagai berikut :

- 1. Dapat melakukan awalan
- 2. Dapat melakukan tolakan
- 3. Dapat melakukan gerak menggantung
- 4. Dapat melakukan pendaratan

Berikan tanda cek pada kolom yang sudah disediakan, dengan criteria sebagai berikut :

- a. 4 = gerakan sangat baik
- b. 3 = gerakan baik
- c. 2 = gerakan cukup
- d. 1 = gerakan salah

No	Nama	Aspek yang Dinilai																Jumlah Skor	Nilai
		Awalan				Tolakan				Gerak Menggantung				Pendaratan					
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4		
1	Ahmad N				√				√		√				√			12	75
2	Alvina P			√				√				√				√		12	75
3	Alvinna				√			√				√				√		13	81,25
4	Amelia			√				√			√						√	12	75
5	Andita			√					√		√					√		12	75
6	Andra K				√				√		√					√		13	81,25
7	Anjali P			√				√				√					√	13	81,25
8	Ari R				√				√			√			√			13	81,25
9	Deki I. F			√				√				√				√		12	75
10	Desi N				√				√		√				√			12	75
11	Eka S. D				√			√				√				√		13	81,25
12	Elang H.				√				√		√						√	14	87,5
13	Elisa F			√				√				√				√		12	75
14	Enrico C			√					√			√				√		13	81,25
15	Fadhila				√				√		√				√			12	75
16	Joseph W			√				√				√				√		12	75
17	Khafidz			√					√			√				√		13	81,25
18	Maria A				√				√		√				√			12	75
19	M. Diva			√				√				√				√		12	75
20	M. Wahid				√				√		√				√			12	75
21	Nathania	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
22	Nicholas				√			√				√				√		13	81,25
23	Oktaria			√				√				√				√		12	75
24	Pandu P				√				√		√				√			12	75
25	Pena Dea				√				√		√					√		13	81,25
26	Rachma F			√				√				√				√		13	81,25
27	Sesarius				√				√		√						√	14	87,5
28	Silvy P			√				√				√				√		12	75
29	Syifa N				√		√				√						√	12	75
30	Tesa N			√					√		√					√		12	75
31	Thalita Y			√				√				√				√		12	75
32	Winnar Y			√					√			√				√		13	81,25

33	Yuda D P				√			√			√			√		13	81,25
34	Yulalikha			√			√			√			√			12	75
Jumlah Skor Maksimal : 16																	
Nilai = Jumlah Skor/Skor Maksimal x 100																	

Lampiran

Teknik Penilaian Sepak Bola

Kelas VIII A

1. Spiritual dan sosial

Berikan tanda cek pada kolom yang sudah disediakan, setiap peserta didik menunjukkan atau menampilkan perilaku yang diharapkan. Tiap perilaku yang dicek dengan rentang skor antara 1 sampai dengan 3. (Baik = 3, Cukup = 2, Kurang = 1).

No	Nama	Aspek Yang Dinilai												Jmlh Skor	Nilai
		Berdoa			Tanggung Jawab			Kerja Sama			Disiplin				
		1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3		
1	Adinda Putri Rahmadina			√			√		√				√	11	91,7
2	Adji Pangestu Nugroho			√			√		√				√	11	91,7
3	Akmal Kusuma Aji			√			√			√			√	11	91,7
4	Alan Joevianto Thie			√		√			√				√	10	83,3
5	Alfian Putra Pamungkas			√			√			√			√	12	100
6	Alfinda Agsatie R			√			√		√				√	11	91,7
7	Alvinda Khoirunnisa			√			√		√				√	11	91,7
8	Andromeda Pandu Saputro	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
9	Annisa Wafiq Azizah			√			√		√				√	11	91,7
10	Bagas Rendi Setyawan			√			√		√			√		10	83,3
11	Berlian Putri Zulkarnain			√			√		√				√	11	91,7
12	Cicilia Novaldini Pakhan			√			√		√				√	11	91,7
13	Deka Aldi Bagus Nugroho			√			√		√				√	11	91,7
14	Dhiva Azzahra Regina P			√			√		√				√	11	91,7
15	Dimas Arya Prameswara			√			√			√			√	11	91,7
16	Dipa Suryatista Estanto			√			√			√			√	11	91,7
17	Fairdi Bimo Wicaksono A			√			√		√				√	11	91,7
18	Fajri Prasetyo Utomo			√			√		√				√	11	91,7
19	Fatya Virnanda Sasetyawati			√			√		√				√	11	91,7
20	Fredrich Immanuel S			√			√		√			√		10	83,3
21	Haris Muhlisin			√			√		√				√	11	91,7
22	Indriana Windi Untari			√			√		√				√	11	91,7
23	Inggirviana Luthfi Pramestri			√		√			√			√		11	91,7
24	Kelana Ade Irawan			√			√			√			√	12	100
25	Lina Anggita Ahsani			√			√		√				√	11	91,7
26	M. H Mahendra Virendra K			√			√		√			√		10	83,3
27	Muhamad Saifudin			√			√		√				√	11	91,7
28	Muhammad Hafizh H. P			√			√		√				√	11	91,7
29	Muhammad Sidiq F			√			√		√				√	11	91,7
30	Radika Siwi Nurrohma			√			√		√				√	11	91,7
31	Rossandra Dwi Meldanti			√			√			√			√	12	100
32	Sylva Intan Maharani			√			√			√			√	12	100
33	Ufun Julia Rizki			√			√		√				√	11	91,7
34	Zalfa Jihan Lutfi			√		√			√				√	10	83,3
Jumlah Skor Maksimal = 12															
NILAI = Jumlah Skor/Skor Maks x 100															

2. Pengetahuan

- Jelaskan apa yang dimaksud dengan *passing* menggunakan kaki bagian dalam !

NO	NAMA	Kualitas Jawaban			Jumlah Skor	Nilai
		1	2	3		
1	Adinda Putri Rahmadina			√	3	100
2	Adji Pangestu Nugroho			√	3	100
3	Akmal Kusuma Aji			√	3	100
4	Alan Joevianto Thie			√	3	100
5	Alfian Putra Pamungkas			√	3	100
6	Alfinda Agsatie R			√	3	100
7	Alvinnda Khoirunnisa			√	3	100
8	Andromeda Pandu Saputro			-	-	-
9	Annisa Wafiq Azizah			√	3	100
10	Bagas Rendi Setiawan			√	3	100
11	Berlian Putri Zulkarnain			√	3	100
12	Cicilia Novaldini Pakhan			√	3	100
13	Deka Aldi Bagus Nugroho			√	3	100
14	Dhiva Azzahra Regina P			√	3	100
15	Dimas Arya Prameswara			√	3	100
16	Dipa Suryatista Estanto			√	3	100
17	Fairdi Bimo Wicaksono A			√	3	100
18	Fajri Prasetyo Utomo			√	3	100
19	Fatya Virnanda Sasetyawati			√	3	100
20	Fredrich Immanuel S			√	3	100
21	Haris Muhlisin			√	3	100
22	Indriana Windi Untari			√	3	100
23	Inggirviana Lutfi Pramestri			√	3	100
24	Kelana Ade Irawan			√	3	100
25	Lina Anggita Ahsani			√	3	100
26	M.H Mahendra Virendra K			√	3	100
27	Muhamad Saifudin			√	3	100
28	Muhammad Hafiz H P			√	3	100
29	Muhammad Sidiq F			√	3	100
30	Radika Siwi Nurrohma			√	3	100
31	Rossandra Dwi Meldanti			√	3	100
32	Sylva Intan Maharani			√	3	100

33	Ufun Julia Rizki			√	3	100
34	Zalfa Jihan Luthfi			√	3	100
Skor Maksimal = 3						
Nilai = Jumlah Skor/ Skor Maksimal x 100						

Keterangan :

- a. Siswa mendapatkan poin 1 apabila siswa hanya mampu menjelaskan salah satu komponen penting dalam jawabannya, misalnya siswa hanya mampu menjelaskan sampai tahap awalan saja.
- b. Siswa mendapatkan poin 2 apabila siswa mampu menjelaskan 2 dari 3 komponen penting dalam *passing* menggunakan kaki bagian dalam, misalnya siswa mampu menjelaskan tahap awalan, dan perkenaan
- c. Siswa mendapatkan poin 3 apabila siswa mampu menjelaskan seluruh komponen penting dalam *passing* menggunakan kaki bagian dalam.

3. Keterampilan

NO	NAMA	ASPEK YANG DINILAI									Jmlh Skor	Nilai
		Posisi Awalan <i>Passing</i>			Ayunan & Perkenaan Kaki pada Bola			<i>Followtroug</i> h & Arah Bola Hasil <i>Passing</i>				
		1	2	3	1	2	3	1	2	3		
1	Adinda Putri R			√		√			√		7	78
2	Adji Pangestu N			√			√		√		8	89
3	Akmal Kusuma Aji			√			√		√		8	89
4	Alan Joevianto Thie			√			√		√		8	89
5	Alfian Putra P			√			√		√		8	89
6	Alfinda Agsatie P			√		√			√		7	78
7	Alvinnda Khoirunnisa			√		√			√		7	78
8	Andromeda Pandu S	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
9	Annisa Wafiq Azizah			√		√			√		7	78
10	Bagas Rendi S			√			√		√		8	89
11	Berlian Putri Z			√		√			√		7	78
12	Cicilia Novaldini P			√		√			√		7	78
13	Deka Aldi Bagus N			√		√			√		7	78
14	Dhiva Azzahra R P			√		√			√		7	78
15	Dimas Arya P			√		√			√		8	89
16	Dipa Suryatista E			√			√			√	9	100
17	Fairdi Bimo W A			√			√		√		8	89
18	Fajri Prasetyo Utomo			√			√			√	9	100

19	Fatya Virnanda S			√			√		√		8	89
20	Fredrich Immanuel S			√		√			√		7	78
21	Haris Muhlisin			√			√		√		8	89
22	Indriana Windi Untari			√		√			√		7	78
23	Inggirviana Lutfi P			√		√			√		7	78
24	Kelana Ade Irawan			√			√		√		8	89
25	Lina Anggita Ahsani			√		√			√		7	78
26	M.H Mahendra V K			√			√		√		8	89
27	Muhamad Saifudin			√			√		√		8	89
28	Muhammad Hafizh H			√			√		√		8	89
29	Muhammad Sidiq F			√			√		√		8	89
30	Radika Siwi N			√		√			√		7	78
31	Rossandra Dwi M			√		√			√		7	78
32	Sylva Intan M			√			√		√		8	89
33	Ufun Julia Rizki			√		√			√		7	78
34	Zalfa Jihan Lutfi			√		√			√		7	78
Skor Maksimal = 9												
Nilai = Jumlah Skor/ Skor Maksimal x 100												

Keterangan :

- A.1. - Peserta didik mendapatkan poin 3 apabila posisi awalan ketika akan melakukan *passing* benar.
- Peserta didik mendapatkan poin 2 apabila posisi awalan ketika akan melakukan *passing* mendekati benar.
 - Peserta didik mendapatkan poin 1 apabila posisi awalan ketika akan melakukan *passing* salah.
- A.2. - Peserta didik mendapatkan poin 3 apabila ayunan benar dan perkenaan kaki pada bola tepat.
- Peserta didik mendapatkan poin 2 apabila ayunan benar tetapi perkenaan kaki pada bola tidak tepat.
 - Peserta didik mendapatkan poin 1 apabila tidak mengayun tetapi perkenaan kaki benar.
- A.3. - Peserta didik mendapatkan poin 3 apabila ada *followthrough* dan arah bola hasil *passing* tepat sasaran
- Peserta didik mendapatkan poin 2 apabila ada *followthrough* tetapi arah bola melenceng
 - Peserta didik mendapatkan poin 1 apabila tidak ada *followthrough* dan arah bola melenceng.

Lampiran

Teknik Penilaian Sepak Bola

Kelas VIII B

1. Spiritual dan sosial

Berikan tanda cek pada kolom yang sudah disediakan, setiap peserta didik menunjukkan atau menampilkan perilaku yang diharapkan. Tiap perilaku yang dicek dengan rentang skor antara 1 sampai dengan 3. (Baik = 3, Cukup = 2, Kurang = 1).

No	Nama	Aspek Yang Dinilai												Jumlah Skor	Nilai
		Berdoa			Tanggung Jawab			Kerja Sama			Disiplin				
		1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3		
1	Ahmad Nugroho			√		√				√	√			9	75
2	Alvina Putri Diani S			√		√			√			√		9	75
3	Alvinna Putri Ramadhanis			√		√				√		√		10	83,3
4	Amelia Anastasia Dewi			√		√				√		√		10	83,3
5	Andita Aghna Hafizah			√		√			√			√		9	75
6	Andra Kritian Very			√		√				√		√		10	83,3
7	Anjali Putri Permata Sari			√			√			√		√		11	91,7
8	Ari Riyadianto			√		√			√				√	10	83,3
9	Deki Ilham Fadoli			√		√			√			√		9	75
10	Desi Nurcahyani			√			√		√			√		9	75
11	Eka Salma Dina			√		√			√			√		9	75
12	Elang Hilmi Wicaksono			√		√				√		√		10	83,3
13	Elisa Fitri Handayani			√		√			√			√		9	75
14	Enrico Christian Aji			√			√		√			√		10	83,3
15	Fadhilla Wahyu Indrajati			√		√			√			√		9	75
16	Joseph Wilsen Kim Manda		√			√			√			√		8	66,7
17	Khafidz Nur Hidayah			√			√		√			√		10	83,3
18	Maria Agustin Ningsih			√			√		√			√		10	83,3
19	Muhammad Diva Tramesa			√			√		√				√	11	91,7
20	Muhammad Wahid Arya N			√			√		√			√		10	83,3
21	Nathania Ajeng Kinanti S W	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
22	Nicholas Sena Wahyu N			√		√				√		√		10	83,3
23	Oktaria Dwi Nur'aini			√		√			√			√		9	75
24	Pandu Putra Pasanda			√		√			√			√		9	75
25	Pena Dea Puspita			√		√			√			√		9	75
26	Rachma Fatya Raufi			√		√			√			√		9	75
27	Sesarius Sandang Bagastowo			√			√		√			√		10	83,3
28	Silvy Putri Natalia			√		√			√			√		9	75
29	Syifa Nur Laila			√		√			√			√		9	75
30	Tesa Nurazis			√		√				√		√		10	83,3
31	Thalita Yosephine Setyawan			√		√				√		√		10	83,3
32	Winnar Yoga Prabanadi		√			√			√			√		8	66,7
33	Yuda Dwi Prananda			√		√				√		√		10	83,3
34	Yulaikha Nur Hastuti		√			√			√			√		8	66,7
Jumlah Skor Maksimal = 12															
NILAI = Jumlah Skor/Skor Maks x 100															

2. Pengetahuan

- Jelaskan apa yang dimaksud dengan *passing* menggunakan kaki bagian dalam !

NO	NAMA	Kualitas Jawaban			Jumlah Skor	Nilai
		1	2	3		
1	Ahmad Nugroho			√	3	100
2	Alvina Putri Diani S			√	3	100
3	Alvinna Putri Ramadhanis			√	3	100
4	Amelia Anastasia Dewi			√	3	100
5	Andita Aghna Hafizah			√	3	100
6	Andra Kritian Very			√	3	100
7	Anjali Putri Permata Sari			√	3	100
8	Ari Riyadianto	-	-	-	-	-
9	Deki Ilham Fadoli			√	3	100
10	Desi Nurcahyani			√	3	100
11	Eka Salma Dina			√	3	100
12	Elang Hilmi Wicaksono			√	3	100
13	Elisa Fitri Handayani			√	3	100
14	Enrico Christian Aji			√	3	100
15	Fadhila Wahyu Indrajati			√	3	100
16	Joseph Wilsen Kim Manda			√	3	100
17	Khafidz Nur Hidayah			√	3	100
18	Maria Agustin Ningsih			√	3	100
19	Muhammad Diva Tramesa			√	3	100
20	Muhammad Wahid Arya N			√	3	100
21	Nathania Ajeng Kinanti SW			√	3	100
22	Nicholas Sena Wahyu N			√	3	100
23	Oktaria Dwi Nuraini			√	3	100
24	Pandu Putra Pasanda			√	3	100
25	Pena Dea Puspita			√	3	100
26	Rachma Fatya Raufi A			√	3	100
27	Sesarius Sandang Bagastowo			√	3	100
28	Silvy Putri Natalia			√	3	100
29	Syifa Nur Laila			√	3	100
30	Tesa Nurazis			√	3	100
31	Thalita Yosephine Setiawan			√	3	100
32	Winnar Yoga Prabanadi			√	3	100
33	Yuda Dwi Prananda			√	3	100
34	Yulaikha Nur Hastuti			√	3	100

Skor Maksimal = 3		
Nilai = Jumlah Skor/ Skor Maksimal x 100		

- Keterangan :
- a. Siswa mendapatkan poin 1 apabila siswa hanya mampu menjelaskan salah satu komponen penting dalam jawabannya, misalnya siswa hanya mampu menjelaskan sampai tahap awalan saja.
 - b. Siswa mendapatkan poin 2 apabila siswa mampu menjelaskan 2 dari 3 komponen penting dalam *passing* menggunakan kaki bagian dalam, misalnya siswa mampu menjelaskan tahap awalan, dan perkenaan
 - c. Siswa mendapatkan poin 3 apabila siswa mampu menjelaskan seluruh komponen penting dalam *passing* menggunakan kaki bagian dalam.

3. Keterampilan

NO	NAMA	ASPEK YANG DINILAI									Jmlh Skor	Nilai
		Posisi Awalan <i>Passing</i>			Ayunan & Perkenaan Kaki pada Bola			<i>Followtrou</i> gh & Arah Bola Hasil <i>Passing</i>				
		1	2	3	1	2	3	1	2	3		
1	Ahmad Nugroho			√		√			√		7	78
2	Alvina Putri Diani S			√		√			√		7	78
3	Alvinna Putri R			√			√		√		8	89
4	Amelia Anastasia Dewi			√		√			√		7	78
5	Andita Aghna Hafizah			√		√			√		7	78
6	Andra Kritian Very			√			√		√		8	89
7	Anjali Putri Permata Sari			√			√		√		8	89
8	Ari Riyadianto	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
9	Deki Ilham Fadoli			√			√		√		8	89
10	Desi Nurcahyani			√		√			√		7	78
11	Eka Salma Dina			√		√			√		7	78
12	Elang Hilmi Wicaksono			√			√			√	9	100
13	Elisa Fitri Handayani			√		√			√		7	78
14	Enrico Christian Aji			√			√		√		8	89
15	Fadhilla Wahyu Indrajati			√		√			√		7	78
16	Joseph Wilsen Kim M			√		√			√		7	78
17	Khafidz Nur Hidayah			√			√			√	8	89
18	Maria Agustin Ningsih			√		√			√		7	78
19	Muhammad Diva T			√			√		√		8	89

20	Muhammad Wahid Arya			√			√		√		8	89
21	Nathania Ajeng K S W			√		√			√		7	78
22	Nicholas Sena Wahyu N			√			√		√		8	89
23	Oktaria Dwi Nuraini			√		√			√		7	78
24	Pandu Putra Pasanda			√			√		√		8	89
25	Pena Dea Puspita			√		√			√		7	78
26	Rachma Fatya Raufi A			√			√		√		8	89
27	Sesarius Sandang B			√			√		√		8	89
28	Silvya Putri Natalia			√			√		√		8	89
29	Syifa Nur Laila			√		√			√		7	78
30	Tesa Nurazis			√			√		√		8	89
31	Thalita Yosephine S			√			√		√		8	89
32	Winnar Yoga Prabanadi			√			√		√		8	89
33	Yuda Dwi Prananda			√			√		√		8	89
34	Yulaikha Nur Hastuti			√		√			√		7	78
Skor Maksimal = 9												
Nilai = Jumlah Skor/ Skor Maksimal x 100												

Keterangan :

- A.1. - Peserta didik mendapatkan poin 3 apabila posisi awalan ketika akan melakukan *passing* benar.
- Peserta didik mendapatkan poin 2 apabila posisi awalan ketika akan melakukan *passing* mendekati benar.
- Peserta didik mendapatkan poin 1 apabila posisi awalan ketika akan melakukan *passing* salah.
- A.2. - Peserta didik mendapatkan poin 3 apabila ayunan benar dan perkenaan kaki pada bola tepat.
- Peserta didik mendapatkan poin 2 apabila ayunan benar tetapi perkenaan kaki pada bola tidak tepat.
- Peserta didik mendapatkan poin 1 apabila tidak mengayun tetapi perkenaan kaki benar.
- A.3. - Peserta didik mendapatkan poin 3 apabila ada *followthrough* dan arah bola hasil *passing* tepat sasaran
- Peserta didik mendapatkan poin 2 apabila ada *followthrough* tetapi arah bola melenceng
- Peserta didik mendapatkan poin 1 apabila tidak ada *followthrough* dan arah bola melenceng.

Lampiran

Teknik Penilaian Sepak Bola
Kelas VIII C

1. Spiritual dan sosial

Berikan tanda cek pada kolom yang sudah disediakan, setiap peserta didik menunjukkan atau menampilkan perilaku yang diharapkan. Tiap perilaku yang dicek dengan rentang skor antara 1 sampai dengan 3. (Baik = 3, Cukup = 2, Kurang = 1).

No	Nama	Aspek Yang Dinilai												Jmlh Skor	Nilai
		Berdoa			Tanggung Jawab			Kerja Sama			Disiplin				
		1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3		
1	Akhsan Fadhi Andika			√		√			√				√	10	83,3
2	Alfina Rahmawati			√		√			√			√		9	75
3	Alivia Rianti Putri			√		√			√				√	10	83,3
4	Anas Rifqi Pratama			√			√		√				√	11	91,7
5	Anisa Septiani			√		√		√					√	9	75
6	Aulia Fitriyani		√				√		√			√		9	75
7	Aziz Nur Rohman			√			√		√			√		10	83,3
8	Azzahrattunnisa Nur Islami			√		√			√			√		9	75
9	Dhiva Raudatul Zanna			√		√			√			√		9	75
10	Dian Mahanani		√				√		√			√		9	75
11	Dinar Puspitasari			√		√			√				√	10	83,3
12	Dwi Rohmat Saputro		√			√				√			√	10	83,3
13	Dyah Ari Murti Rahayu			√		√			√			√		9	75
14	Fadhilah Salsabila			√		√			√			√		9	75
15	Fanny Saputra		√				√		√			√		9	75
16	Gading Bagus Wicaksana		√				√		√			√		9	75
17	Harjuna Bandung B K			√			√		√			√		10	83,3
18	Hasna Lathifah Irsyadia			√		√			√			√		9	75
19	Intan Juwita Salsabila		√				√		√			√		9	75
20	Maya Putri Wijaya		√				√		√			√		9	75
21	Muhammad Hariyanto		√			√				√		√		9	75
22	Muhammad Lutfi I A		√				√			√		√		10	83,3
23	Muhammad Syarifudin J			√		√			√			√		9	75
24	Nur Widyatmoko			√		√			√				√	10	83,3
25	Ompu Pratama Putra S		√				√		√			√		9	75
26	Putri Arifa Cahya M			√		√			√				√	10	83,3
27	Regina Terra Parahita			√			√		√			√		10	83,3
28	Rifki Andriyansah		√			√				√		√		9	75
29	Rifky Fahrul Arifin			√		√			√			√		9	75
30	Risti Reza Radhana			√		√			√				√	10	83,3

31	Roni Setiyawan		√				√			√		√		10	83,3
32	Tishara Fannia Salma			√		√			√				√	10	83,3
33	Tri Wahyu Prasetya		√			√				√		√		9	75
34	Widya Armiana			√		√			√			√		9	75
Jumlah Skor Maksimal = 12															
NILAI = Jumlah Skor/Skor Maks x 100															

2. Pengetahuan

- Jelaskan apa yang dimaksud dengan *passing* menggunakan kaki bagian dalam !

NO	NAMA	Kualitas Jawaban			Jumlah Skor	Nilai
		1	2	3		
1	Akhsan Fadhi Andika			√	3	100
2	Alfina Rahmawati			√	3	100
3	Alivia Rianti Putri			√	3	100
4	Anas Rifqi Pratama			√	3	100
5	Anisa Septiani			√	3	100
6	Aulia Fitriyani			√	3	100
7	Aziz Nur Rohman			√	3	100
8	Azzahratunnisa Nur Islami			√	3	100
9	Dhiva Raudatul Zanna			√	3	100
10	Dian Mahanani			√	3	100
11	Dinar Puspitasari			√	3	100
12	Dwi Rohmat Saputro			√	3	100
13	Dya Ari Murti Rahayu			√	3	100
14	Fadhilah Salsabila			√	3	100
15	Fanny Saputra			√	3	100
16	Gading Bagus Wicaksana			√	3	100
17	Harjuna Bandung B K			√	3	100
18	Hasna Lathifah Irsyadia			√	3	100
19	Intan Juwita Salsabila			√	3	100

20	Maya Putri Wijaya			√	3	100
21	Muhammad Hariyanto D			√	3	100
22	Muhammad Luthfi I A			√	3	100
23	Muhammad Syarifudin J			√	3	100
24	Nur Widyatmoko			√	3	100
25	Ompu Pratama Putra S			√	3	100
26	Putri Arifa Cahya M			√	3	100
27	Regina Terra Parahita			√	3	100
28	Rifki Andriyansah			√	3	100
29	Rifky Fahrul Arifin			√	3	100
30	Risti Reza Radhana			√	3	100
31	Roni Setyawan			√	3	100
32	Thisara Fannia Salma			√	3	100
33	Tri Wahyu Prasetya			√	3	100
34	Widya Armiana			√	3	100
Skor Maksimal = 3						
Nilai = Jumlah Skor/ Skor Maksimal x 100						

- Keterangan :
- a. Siswa mendapatkan poin 1 apabila siswa hanya mampu menjelaskan salah satu komponen penting dalam jawabannya, misalnya siswa hanya mampu menjelaskan sampai tahap awalan saja.
 - b. Siswa mendapatkan poin 2 apabila siswa mampu menjelaskan 2 dari 3 komponen penting dalam *passing* menggunakan kaki bagian dalam, misalnya siswa mampu menjelaskan tahap awalan, dan perkenaan
 - c. Siswa mendapatkan poin 3 apabila siswa mampu menjelaskan seluruh komponen penting dalam *passing* menggunakan kaki bagian dalam.

3. Keterampilan

NO	NAMA	ASPEK YANG DINILAI									Jmlh Skor	Nilai
		Posisi Awalan <i>Passing</i>			Ayunan & Perkenaan Kaki pada Bola			<i>Followtrough</i> & Arah Bola Hasil <i>Passing</i>				
		1	2	3	1	2	3	1	2	3		
1	Akhsan Fadhi Andhika			√			√		√		8	89
2	Alfina Rahmawati			√		√			√		7	78
3	Alivia Rianti Putri			√		√			√		7	78
4	Anas Rifqi Pratama			√			√			√	9	100
5	Anisa Septiani			√		√			√		7	78
6	Aulia Fitriyani			√		√			√		7	78
7	Aziz Nur Rohman			√			√		√		8	89
8	Azzahratunnisa Nur Islami			√		√			√		7	78
9	Dhiva Raudhatul Zanna			√			√		√		8	89
10	Dian Mahanani			√		√			√		7	78
11	Dinar Puspitasari			√		√			√		7	78
12	Dwi Rohmat Saputro			√			√		√		8	89
13	Dyah Ari Murti Rahayu			√		√			√		7	78
14	Fadhillah Salsabila			√		√			√		7	78
15	Fanny Saputra			√			√		√		8	89
16	Gading Bagus Wicaksana			√			√		√		8	89
17	Harjuna Bandung B K			√			√		√		8	89
18	Hasna Lathifah Irsyadia			√		√			√		7	78
19	Intan Juwita Salsabila			√		√			√		7	78
20	Maya Putri Wijaya			√			√		√		8	89
21	Muhammad Hariyanto D			√			√		√		8	89
22	Muhammad Luthfi I A			√			√		√		8	89
23	Muhammad Syarifudin J			√			√		√		8	89
24	Nur Widyatmoko			√			√		√		8	89
25	Ompu Pratama Putra S			√			√		√		8	89
26	Putri Arifa Cahya M			√		√			√		7	78
27	Regina Terra Parahita			√		√			√		7	78

28	Rifki Andriyansah			√			√		√		8	89
29	Rifky Fahrul Arifin			√		√			√		7	78
30	Risti Reza Radhana			√		√			√		7	78
31	Roni Setyawan			√			√		√		8	89
32	Tishara Fannia Salma			√			√		√		8	89
33	Tri Wahyu Prasetya			√			√		√		8	89
34	Widya Armiana			√		√			√		7	78
Skor Maksimal = 9												
Nilai = Jumlah Skor/ Skor Maksimal x 100												

Keterangan :

- A.1.
- Peserta didik mendapatkan poin 3 apabila posisi awalan ketika akan melakukan *passing* benar.
 - Peserta didik mendapatkan poin 2 apabila posisi awalan ketika akan melakukan *passing* mendekati benar.
 - Peserta didik mendapatkan poin 1 apabila posisi awalan ketika akan melakukan *passing* salah.
- A.2.
- Peserta didik mendapatkan poin 3 apabila ayunan benar dan perkenaan kaki pada bola tepat.
 - Peserta didik mendapatkan poin 2 apabila ayunan benar tetapi perkenaan kaki pada bola tidak tepat.
 - Peserta didik mendapatkan poin 1 apabila idak mengayun tetapi perkenaan kaki benar.
- A.3.
- Peserta didik mendapatkan poin 3 apabila ada *followthrough* dan arah bola hasil *passing* tepat sasaran
 - Peserta didik mendapatkan poin 2 apabila ada *followthrough* tetapi arah bola melenceng
 - Peserta didik mendapatkan poin 1 apabila tidak ada *followthrough* dan arah bola melenceng.

Lampiran

Teknik Penilaian Sepak Bola

Kelas VIII D

1. Spiritual dan sosial

Berikan tanda cek pada kolom yang sudah disediakan, setiap peserta didik menunjukkan atau menampilkan perilaku yang diharapkan. Tiap perilaku yang dicek dengan rentang skor antara 1 sampai dengan 3. (Baik = 3, Cukup = 2, Kurang = 1).

No	Nama	Aspek Yang Dinilai												Jml. Skor	Nilai
		Berdoa			Tanggung Jawab			Kerja Sama			Disiplin				
		1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3		
1	Adelia Gandhes Palupi			√		√			√				√	10	83,3
2	Adhika Tirta Nugraha		√			√				√			√	10	83,3
3	Adly Nur Fauzi		√			√				√		√		9	75
4	Agil Yusuf Mahendra			√		√			√			√		9	75
5	Agung Ichsan Rio R		√				√		√			√		9	75
6	Amri Ibnu Tsalits			√		√			√				√	10	83,3
7	Annisa Johan Puspita		√			√				√		√		9	75
8	Arsyali Romadhona N		√				√		√			√		9	75
9	Arya Nur Eka Kusuma			√			√		√				√	11	91,7
10	Bayu Setiawan			√		√			√				√	10	83,3
11	Bima Afif Wibowo			√		√			√			√		9	75
12	Desta Putri Surya W			√		√			√			√		9	75
13	Dian Agik Nugroho			√			√		√				√	11	87,5
14	Dinda Auliyana			√		√			√			√		9	75
15	Eka Amira Melati		√			√				√		√		9	75
16	Eliza Kumalasari			√		√			√			√		9	75
17	Fajar Abdul Najib			√		√				√		√		10	83,3
18	Faris Kurniawan		√			√				√			√	10	83,3
19	Firman Nugraha			√			√		√			√		10	83,3
20	Hermawan Saputro			√		√			√				√	10	83,3
21	Hindun Sabria Utami			√		√			√			√		9	75
22	Ima Amalia			√		√			√			√		9	75
23	Linda Azizah Rahmawati	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
24	Muhammad Faiz Azzizae F			√			√		√			√		10	83,3
25	Natasya Dwi Pangestuti		√			√			√			√		9	75
26	Nisa Shafitri			√		√			√			√		9	75
27	Novi Yulia Sari			√		√			√			√		9	75
28	Novita Damayanti			√		√			√			√		9	75
29	Pacsky Arya Yahya S			√			√		√				√	11	91,7
30	Rezkyanzah Setiyo N			√		√			√				√	10	83,3
31	Rizky Maulana Putra P			√		√			√				√	10	83,3
32	Siti Nur Hanisa			√		√			√			√		9	75
33	Vina Rosita Putri			√		√			√			√		9	75
34	Wandha Putri Nurika A			√		√			√			√		9	75
Jumlah Skor Maksimal = 12															
NILAI = Jumlah Skor/Skor Maks x 100															

2. Pengetahuan

- Jelaskan apa yang dimaksud dengan *passing* menggunakan kaki bagian dalam !

NO	NAMA	Kualitas Jawaban			Jumlah Skor	Nilai
		1	2	3		
1	Adelia Gandhes Palupi			√	3	100
2	Adhika Tirta Nugraha			√	3	100
3	Adly Nur Fauzi			√	3	100
4	Agil Yusuf Mahendra			√	3	100
5	Agung Ichsan Rho R			√	3	100
6	Amri Ibnu tsalits			√	3	100
7	Annisa Johan Puspita			√	3	100
8	Arsyali Romadhona N			√	3	100
9	Arya Nur Eka Kusuma			√	3	100
10	Bayu Setiawan			√	3	100
11	Bima Afif Wibowo			√	3	100
12	Desta Putri Surya W			√	3	100
13	Dian Agik Nugroho			√	3	100
14	Dinda Auliyana			√	3	100
15	Eka Amira Melati			√	3	100
16	Eliza Kumalasari			√	3	100
17	Fajar Abdul Najib			√	3	100
18	Faris Kurniawan			√	3	100
19	Firman Nugraha			√	3	100
20	Hermawan Saputro			√	3	100
21	Hindun Sabria Utami			√	3	100
22	Ima Amalia			√	3	100
23	Linda Azizah Rahmawati	-	-	-	-	-
24	Muhammad Faiz Azzizae F			√	3	100
25	Natasya Dwi Pangastuti			√	3	100
26	Nisa Shafitri			√	3	100
27	Novi Yulia Sari			√	3	100
28	Novita Damayanti			√	3	100
29	Pacsky Arya Yahya S			√	3	100
30	Rezkiyanzah Setiyo N			√	3	100
31	Rizky Maulana Putra P			√	3	100
32	Siti Nur Hanisa			√	3	100
33	Vina Rosita Putri			√	3	100
34	Wandha Putri Nurika A			√	3	100
Skor Maksimal = 3						
Nilai = Jumlah Skor/ Skor Maksimal x 100						

Keterangan :

- a. Siswa mendapatkan poin 1 apabila siswa hanya mampu menjelaskan salah satu komponen penting dalam jawabannya, misalnya siswa hanya mampu menjelaskan sampai tahap awalan saja.
- b. Siswa mendapatkan poin 2 apabila siswa mampu menjelaskan 2 dari 3 komponen penting dalam *passing* menggunakan kaki bagian dalam, misalnya siswa mampu menjelaskan tahap awalan, dan perkenaan
- c. Siswa mendapatkan poin 3 apabila siswa mampu menjelaskan seluruh komponen penting dalam *passing* menggunakan kaki bagian dalam.

3. Keterampilan

NO	NAMA	ASPEK YANG DINILAI									Jmlh Skor	Nilai
		Posisi Awalan Passing			Ayunan & Perkenaan Kaki pada Bola			Followtrough & Arah Bola Hasil Passing				
		1	2	3	1	2	3	1	2	3		
1	Adelia Gandhes Palupi			√		√			√		7	78
2	Adhika Tirta Nugraha			√			√		√		8	89
3	Adly Nur Fauzi			√			√		√		8	89
4	Agil Yusuf Mahendra			√			√		√		8	89
5	Agung Ichsan Rio R			√			√		√		8	89
6	Amri Ibnu Tsalits			√			√		√		8	89
7	Annisa Johan Puspita			√		√			√		7	78
8	Arsyali Romadhona N			√		√			√		7	78
9	Arya Nur Eka Kusuma			√			√			√	9	100
10	Bayu Setiawan			√			√		√		8	89
11	Bima Afif Wibowo			√		√			√		7	78
12	Desta Putri Surya W			√		√			√		7	78
13	Dian Agik Nugroho			√			√		√		8	89
14	Dinda Auliyana			√		√			√		7	78
15	Eka Amira Melati			√		√			√		7	78
16	Eliza Kumlasari			√		√			√		7	78
17	Fajar Abdul Najib			√			√		√		8	89
18	Faris Kurniawan			√			√		√		8	89
19	Firman Nugraha			√			√		√		8	89
20	Hermawan Saputro			√			√		√		8	89
21	Hindun Sabria Utami			√		√			√		7	78

22	Ima Amalia			√		√			√		7	78
23	Linda Azizah Rahmawati	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
24	Muhammad Faiz Azzizae F			√			√		√		8	89
25	Natasya Dwi Pangastuti			√		√			√		7	78
26	Nisa Shafitri			√		√			√		7	78
27	Novi Yulia Sari			√		√			√		7	78
28	Novita Damayanti			√		√			√		7	78
29	Pacsky Arya Yahya S			√			√			√	9	100
30	Rezkiyanzah Setiyo N			√		√			√		7	78
31	Rizky Maulana Putra P			√			√		√		8	89
32	Siti Nur Hanisa			√		√			√		7	78
33	Vina Rosita Putri			√		√			√		7	78
34	Wandha Putri Nurika A			√		√			√		7	78
Skor Maksimal = 9												
Nilai = Jumlah Skor/ Skor Maksimal x 100												

Keterangan :

- A.1. - Peserta didik mendapatkan poin 3 apabila posisi awalan ketika akan melakukan *passing* benar.
- Peserta didik mendapatkan poin 2 apabila posisi awalan ketika akan melakukan *passing* mendekati benar.
- Peserta didik mendapatkan poin 1 apabila posisi awalan ketika akan melakukan *passing* salah.
- A.2. - Peserta didik mendapatkan poin 3 apabila ayunan benar dan perkenaan kaki pada bola tepat.
- Peserta didik mendapatkan poin 2 apabila ayunan benar tetapi perkenaan kaki pada bola tidak tepat.
- Peserta didik mendapatkan poin 1 apabila tidak mengayun tetapi perkenaan kaki benar.
- A.3. - Peserta didik mendapatkan poin 3 apabila ada *followthrough* dan arah bola hasil *passing* tepat sasaran
- Peserta didik mendapatkan poin 2 apabila ada *followthrough* tetapi arah bola melenceng
- Peserta didik mendapatkan poin 1 apabila tidak ada *followthrough* dan arah bola melenceng.

Lampiran

Teknik Penilaian Bola Voli
Kelas VIII A

1. Spiritual dan sosial

Berikan tanda cek pada kolom yang sudah disediakan, setiap peserta didik menunjukkan atau menampilkan perilaku yang diharapkan. Tiap perilaku yang dicek dengan rentang skor antara 1 sampai dengan 3. (Baik = 3, Cukup = 2, Kurang = 1).

No	Nama	Aspek Yang Dinilai												Jmlh Skor	Nilai
		Berdoa			Tanggung Jawab			Kerja Sama			Disiplin				
		1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3		
1	Adinda Putri Rahmadina			√		√			√			√	10	83,3	
2	Adji Pangestu Nugroho			√		√			√			√	9	75	
3	Akmal Kusuma Aji			√		√			√			√	10	83,3	
4	Alan Joevianto Thie			√		√				√		√	10	83,3	
5	Alfian Putra Pamungkas			√		√			√			√	9	75	
6	Alfinda Agsatie R			√		√			√			√	9	75	
7	Alvinda Khoirunnisa			√		√			√			√	10	83,3	
8	Andromeda Pandu Saputro			√			√		√			√	11	91,7	
9	Annisa Wafiq Azizah			√		√			√			√	10	83,3	
10	Bagas Rendi Setyawan			√			√		√			√	10	83,3	
11	Berlian Putri Zulkarnain			√		√			√			√	9	75	
12	Cicilia Novaldini Pakhan			√		√				√		√	10	83,3	
13	Deka Aldi Bagus Nugroho			√		√				√		√	10	83,3	
14	Dhiva Azzahra Regina P			√		√			√				√	10	83,3
15	Dimas Arya Prameswara			√		√			√			√	9	75	
16	Dipa Suryatista Estanto			√		√				√			√	10	83,3
17	Fairdi Bimo Wicaksono A			√		√				√			√	11	91,7
18	Fajri Prasetyo Utomo		√				√			√			√	11	91,7
19	Fatya Virnanda Sasetyawati			√			√		√				√	11	91,7
20	Fredrich Immanuel S			√		√			√			√		9	75
21	Haris Muhlisin			√			√		√				√	11	91,7
22	Indriana Windi Untari			√		√			√			√		9	75
23	Inggirviana Luthfi Pramestri			√		√			√			√		9	75
24	Kelana Ade Irawan			√		√			√				√	10	83,3
25	Lina Anggita Ahsani			√		√			√				√	10	83,3
26	M. H Mahendra Virendra K			√		√			√			√		9	75
27	Muhamad Saifudin			√		√			√				√	10	83,3
28	Muhammad Hafizh H. P			√		√			√				√	10	83,3
29	Muhammad Sidiq F			√		√			√			√		9	75
30	Radika Siwi Nurrohma			√		√			√				√	10	83,3
31	Rossandra Dwi Meldanti			√		√			√				√	10	83,3
32	Sylva Intan Maharani			√		√				√			√	11	91,7

33	Ufun Julia Rizki			√		√			√				√	10	83,3
34	Zalfa Jihan Lutfi			√		√			√				√	10	83,3
Jumlah Skor Maksimal = 12															
NILAI = Jumlah Skor/Skor Maks x 100															

2. Pengetahuan

A. PENGETAHUAN

- Jelaskan apa yang dimaksud dengan *passing* bawah !

NO	NAMA	Kualitas Jawaban				Jumlah Skor	Nilai
		1	2	3	4		
1	Adinda Putri Rahmadina			√		3	75
2	Adji Pangestu Nugroho			√		3	75
3	Akmal Kusuma Aji				√	4	100
4	Alan Joevianto Thie			√		3	75
5	Alfian Putra Pamungkas				√	4	100
6	Alfinda Agsatie R				√	4	100
7	Alvinda Khoirunnisa				√	4	100
8	Andromeda Pandu S				√	4	100
9	Annisa Wafiq Azizah			√		3	75
10	Bagas Rendi Setiawan				√	4	100
11	Berlian Putri Zulkarnain				√	4	100
12	Cicilia Novaldini Pakhan				√	4	100
13	Deka Aldi Bagus N			√		3	75
14	Dhiva Azzahra Regina P				√	4	100
15	Dimas Arya Prameswara				√	4	100
16	Dipa Suryatista Estanto				√	4	100
17	Fairdi Bimo Wicaksono				√	4	100
18	Fajri Prastyo Utomo				√	4	100
19	Fatya Virnanda S				√	4	100
20	Fredrich Immanuel S			√		3	75
21	Haris Muhlisin			√		3	75
22	Indriana Windi Untari			√		3	75
23	Inggirviana Lutfi P				√	4	100

24	Kelana Ade Irawan				√	4	100
25	Lina Anggita Ahsani			√		3	75
26	M. H Mahendra V K			√		3	75
27	Muhamad Saifudin				√	4	100
28	Muhamad Hafizh H P				√	4	100
29	Muhammad Sidiq F			√		3	75
30	Radika Siwi Nurrohma			√		3	75
31	Rossandra Dwi Meldanti				√	4	100
32	Sylva Intan Maharani				√	4	100
33	Ufun Julia Rizki				√	4	100
34	Zalfa Jihan Luthfi				√	4	100
Skor Maksimal = 4							
Nilai = Jumlah Skor/ Skor Maksimal x 100							

Keterangan :

- Peserta didik mendapatkan poin 1 apabila peserta didik hanya mampu menjelaskan salah satu komponen penting dalam jawabannya, misalnya peserta didik hanya mampu menjelaskan sampai tahap awalan saja.
- Peserta didik mendapatkan poin 2 apabila peserta didik mampu menjelaskan 2 dari 3 komponen penting dalam *passing* bawah, misalnya peserta didik mampu menjelaskan tahap awalan, dan perkenaan
- Peserta didik mendapatkan poin 3 apabila peserta didik mampu menjelaskan seluruh komponen penting dalam *passing* bawah.

3. Keterampilan

No	Nama Peserta Didik	Jumlah <i>Passing</i> Bawah dalam 60 detik	Ket
1	Adinda Putri Rahmadina	18	S
2	Adji Pangestu Nugroho	44	B
3	Akmal Kusuma Aji	42	B
4	Alan Joevianto Thie	40	B
5	Alfian Putra Pamungkas	50	B
6	Alvinda Agsatie R	24	S
7	Alvinda Khoirunnisa	37	B

8	Andromeda Pandu Saputro	52	B
9	Annisa Wafiq Azizah	25	S
10	Bagas Rendi Setiawan	49	B
11	Berlian Putri Zulkarnain	23	S
12	Cicilia Novaldini Pakhan	26	S
13	Deka Aldi Bagus Nugroho	38	B
14	Dhiva Azzahra Regina P	20	S
15	Dimas Arya Prameswara	39	B
16	Dipa Suryatista Estanto	42	B
17	Fairdi Bimo Wicaksono	33	B
18	Fajri Prasetyo Utomo	42	B
19	Fatya Virnanda Sasetyawati	20	S
20	Fredrich Immanuel S	35	B
21	Haris Muhlisin	29	S
22	Indriana Windi Untari	18	S
23	Inggirviana Lutfi Pramestri	17	S
24	Kelana Ade Irawan	44	B
25	Lina Anggita Ahsani	19	S
26	M. H Mahendra Virendra Khrisna	37	B
27	Muhamad Saifudin	34	B
28	Muhammad Hafiz H P	38	B
29	Muhammad Sidiq F	36	B
30	Radika Siwi Nurrohma	20	S
31	Rossandra Dwi Meldanti	29	S
32	Sylva Intan Maharani	30	S
33	Ufun Julia Rizki	24	S
34	Zalfa Jihan Lutfhi	26	S

Kategori :

No	Jumlah	Kategori	Ket
1	$x \geq 60$	Istimewa	I
2	31-59	Baik	B
3	11-30	Sedang	S
4	$x \leq 10$	Kurang	K

Lampiran

Teknik Penilaian Bola Voli

Kelas VIII B

1. Spiritual dan sosial

Berikan tanda cek pada kolom yang sudah disediakan, setiap peserta didik menunjukkan atau menampilkan perilaku yang diharapkan. Tiap perilaku yang dicek dengan rentang skor antara 1 sampai dengan 3. (Baik = 3, Cukup = 2, Kurang = 1).

No	Nama	Aspek Yang Dinilai												Jmlh Skor	Nilai
		Berdoa			Tanggung Jawab			Kerja Sama			Disiplin				
		1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3		
1	Ahmad Nugroho			√		√				√	√			9	75
2	Alvina Putri Diani S			√		√			√			√		9	75
3	Alvinna Putri Ramadhanis			√		√				√		√		10	83,3
4	Amelia Anastasia Dewi			√		√				√		√		10	83,3
5	Andita Aghna Hafizah			√		√			√			√		9	75
6	Andra Kritian Very			√		√				√		√		10	83,3
7	Anjali Putri Permata Sari			√			√			√		√		11	91,7
8	Ari Riyadianto			√		√			√				√	10	83,3
9	Deki Ilham Fadoli			√		√			√			√		9	75
10	Desi Nurcahyani			√			√		√			√		9	75
11	Eka Salma Dina			√		√			√			√		9	75
12	Elang Hilmi Wicaksono			√		√				√		√		10	83,3
13	Elisa Fitri Handayani			√		√			√			√		9	75
14	Enrico Christian Aji			√			√		√			√		10	83,3
15	Fadhilla Wahyu Indrajati			√		√			√			√		9	75
16	Joseph Wilsen Kim Manda		√			√			√			√		8	66,7
17	Khafidz Nur Hidayah			√			√		√			√		10	83,3
18	Maria Agustin Ningsih			√			√		√			√		10	83,3
19	Muhammad Diva Tramesa			√			√		√				√	11	91,7
20	Muhammad Wahid Arya N			√			√		√			√		10	83,3
21	Nathania Ajeng Kinanti S W	-	-	—	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
22	Nicholas Sena Wahyu N			√		√				√		√		10	83,3
23	Oktaria Dwi Nur'aini			√		√			√			√		9	75
24	Pandu Putra Pasanda			√		√			√			√		9	75
25	Pena Dea Puspita			√		√			√			√		9	75
26	Rachma Fatya Raufi			√		√			√			√		9	75
27	Sesarius Sandang Bagastowo			√			√		√			√		10	83,3
28	Silvy Putri Natalia			√		√			√			√		9	75
29	Syifa Nur Laila			√		√			√			√		9	75
30	Tesa Nurazis			√		√				√		√		10	83,3
31	Thalita Yosephine Setyawan			√		√				√		√		10	83,3
32	Winnar Yoga Prabanadi		√			√			√			√		8	66,7
33	Yuda Dwi Prananda			√		√				√		√		10	83,3
34	Yulaikha Nur Hastuti		√			√			√			√		8	66,7
Jumlah Skor Maksimal = 12															
NILAI = Jumlah Skor/Skor Maks x 100															

2. Pengetahuan

A. PENGETAHUAN

- Jelaskan apa yang dimaksud dengan *passing* bawah !

NO	NAMA	Kualitas Jawaban				Jumlah Skor	Nilai
		1	2	3	4		
1	Ahmad Nugroho			√		3	75
2	Alvina Putri Diani S			√		3	75
3	Alvinna Putri Ramadhanis			√		3	75
4	Amelia Anastasia Dewi				√	4	100
5	Andita Aghna Hafizah			√		3	75
6	Andra Kritian Very			√		3	75
7	Anjali Putri Permata Sari				√	4	100
8	Ari Riyadianto			√		3	75
9	Deki Ilham Fadoli			√		3	75
10	Desi Nurcahyani				√	4	100
11	Eka Salma Dina				√	4	100
12	Elang Hilmi Wicaksono				√	4	100
13	Elisa Fitri Handayani			√		3	75
14	Enrico Christian Aji				√	4	100
15	Fadhila Wahyu Indrajati				√	4	100
16	Joseph Wilsen Kim Manda			√		3	75
17	Khafidz Nur Hidayah				√	4	100
18	Maria Agustin Ningsih				√	4	100
19	Muhammad Diva Tramesa				√	4	100
20	Muhammad Wahid Arya N				√	4	100
21	Nathania Ajeng Kinanti S W			-			
22	Nicholas Sena Wahyu N			√		3	75
23	Oktaria Dwi Nuraini				√	4	100
24	Pandu Putra Pasanda				√	4	100
25	Pena Dea Puspita			√		3	75
26	Rachma Fatya Raufi A				√	4	100
27	Sesarius Sandang Bagastowo				√	4	100
28	Silvya Putri Natalia				√	4	100

29	Syifa Nur Laila			√		3	75
30	Tesa Nurazis				√	4	100
31	Thalita Yosephine Setiawan				√	4	100
32	Winnar Yoga Prabanadi				√	4	100
33	Yuda Dwi Prananda			√		3	75
34	Yulaikha Nur Hastuti				√	4	100
Skor Maksimal = 4							
Nilai = Jumlah Skor/ Skor Maksimal x 100							

Keterangan :

- a. Peserta didik mendapatkan nilai 1 jika peserta didik salah dalam menjawab pertanyaan.
- b. Peserta didik mendapatkan poin 2 apabila peserta didik hanya mampu menjelaskan salah satu komponen penting dalam jawabannya, misalnya peserta didik hanya mampu menjelaskan sampai tahap awalan saja.
- c. Peserta didik mendapatkan poin 3 apabila peserta didik mampu menjelaskan 2 dari 3 komponen penting dalam *passing* bawah, misalnya peserta didik mampu menjelaskan tahap awalan, dan perkenaan
- d. Peserta didik mendapatkan poin 4 apabila peserta didik mampu menjelaskan seluruh komponen penting dalam *passing* bawah.

3. Keterampilan

No	Nama Peserta Didik	Jumlah <i>Passing</i> Bawah dalam 60 detik	Ket
1	Ahmad Nugroho	40	B
2	Alvina Putri Diani S	26	S
3	Alvinna Putri Ramadhanis	27	S
4	Amelia Anastasia Dewi	25	S
5	Andita Aghna Hafizah	24	S
6	Andra Kritian Very	34	B
7	Anjali Putri Permata Sari	37	B
8	Ari Riyadianto	33	B
9	Deki Ilham Fadoli	29	S
10	Desi Nurcahyani	25	S
11	Eka Salma Dina	17	S
12	Elang Hilmi Wicaksono	32	B
13	Elisa Fitri Handayani	18	S
14	Enrico Christian Aji	27	S
15	Fadhila Wahyu Indrajati	19	S

16	Joseph Wilsen Kim Manda	24	S
17	Khafidz Nur Hidayah	18	S
18	Maria Agustin Ningsih	15	S
19	Muhamad Diva Tramesa	26	S
20	Muhammad Wahid Arya N	30	S
21	Nathania Ajeng Kinanti S W	-	-
22	Nicholas Sena Wahyu N	26	S
23	Oktaria Dwi Nuraini	23	S
24	Pandu Putra Pasanda	24	S
25	Pena Dea Puspita	16	S
26	Rachma Fatya Raufi A	17	S
27	Sesarius Sandang Bagastowo	31	B
28	Silvy Putri Natalia	18	S
29	Syifa Nur Laila	20	S
30	Tesa Nurazis	34	B
31	Thalita Yosephine Setiawan	41	B
32	Winnar Yoga Prabanadi	34	B
33	Yuda Dwi Prananda	32	B
34	Yulaikha Nur Hastuti	26	S

Kategori :

No	Jumlah	Kategori	Ket
1	$x \geq 60$	Istimewa	I
2	31-59	Baik	B
3	11-30	Sedang	S
4	$x \leq 10$	Kurang	K

Lampiran

Teknik Penilaian Lari Jarak Pendek (*Sprint*)

Kelas VIII C

1. Spiritual dan social

Berikan tanda cek pada kolom yang sudah disediakan, setiap peserta didik menunjukkan atau menampilkan perilaku yang diharapkan. Tiap perilaku yang dicek dengan rentang skor antara 1 sampai dengan 3. (Baik = 3, Cukup = 2, Kurang = 1).

No	Nama	Aspek Yang Dinilai												Jmlh Skor	Nilai
		Berdoa			Tanggung Jawab			Kerja Sama			Disiplin				
		1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3		
1	Akhsan Fadhi Andika			√		√			√				√	10	83,3
2	Alfina Rahmawati			√		√			√			√		9	75
3	Alivia Rianti Putri			√		√			√				√	10	83,3
4	Anas Rifqi Pratama			√			√		√				√	11	91,7
5	Anisa Septiani			√		√		√					√	9	75
6	Aulia Fitriyani		√				√		√			√		9	75
7	Aziz Nur Rohman			√			√		√			√		10	83,3
8	Azzahrattunnisa Nur Islami			√		√			√			√		9	75
9	Dhiva Raudatul Zanna			√		√			√			√		9	75
10	Dian Mahanani		√				√		√			√		9	75
11	Dinar Puspitasari			√		√			√				√	10	83,3
12	Dwi Rohmat Saputro		√			√				√			√	10	83,3
13	Dyah Ari Murti Rahayu			√		√			√			√		9	75
14	Fadhilah Salsabila			√		√			√			√		9	75
15	Fanny Saputra		√				√		√			√		9	75
16	Gading Bagus Wicaksana	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
17	Harjuna Bandung B K			√			√		√			√		10	83,3
18	Hasna Lathifah Irsyadia			√		√			√			√		9	75
19	Intan Juwita Salsabila		√				√		√			√		9	75
20	Maya Putri Wijaya		√				√		√			√		9	75
21	Muhammad Hariyanto		√			√				√		√		9	75
22	Muhammad Lutfi I A		√				√			√		√		10	83,3
23	Muhammad Syarifudin J			√		√			√			√		9	75
24	Nur Widyatmoko			√		√			√				√	10	83,3
25	Ompu Pratama Putra S		√				√		√			√		9	75
26	Putri Arifa Cahya M			√		√			√				√	10	83,3
27	Regina Terra Parahita			√			√		√			√		10	83,3
28	Rifki Andriyansah		√			√				√		√		9	75
29	Rifky Fahrul Arifin			√		√			√			√		9	75
30	Risti Reza Radhana			√		√			√				√	10	83,3
31	Roni Setiawan		√				√			√		√		10	83,3
32	Tishara Fannia Salma			√		√			√				√	10	83,3
33	Tri Wahyu Prasetya		√			√				√		√		9	75
34	Widya Armiana			√		√			√			√		9	75
Jumlah Skor Maksimal = 12															
NILAI = Jumlah Skor/Skor Maks x 100															

2. Pengetahuan

Berikan tanda cek pada kolom yang sudah disediakan .

Skor 4 : jika jawaban benar

Skor 3 : jika jawaban mendekati benar

Skor 2 : jika jawaban kurang

Skor 1 : jika jawaban salah

Soal :

- 1. Bagaimana persiapan dan pelaksanaan lari jarak pendek ?
- 2. Bagaimana posisi tubuh ketika melewati garis *finish* ?

No	Nama	Butir Soal								Jumlah Skor	Nilai
		1				2					
		1	2	3	4	1	2	3	4		
1	Akhsan Adhi Andika				√			√		7	87,5
2	Alfina Rahmawati			√					√	7	87,5
3	Alivia Rianti Putri			√					√	7	87,5
4	Anas Rifqi Pratama				√				√	8	100
5	Anisa Septiani				√			√		7	87,5
6	Aulia Fitriyani			√					√	7	87,5
7	Aziz Nur Rohman				√			√		7	87,5
8	Azzahratunnisa Nur Islami			√					√	7	87,5
9	Dhiva Raudatul Zanna				√			√		7	87,5
10	Dian Mahanani				√			√		7	87,5
11	Dinar Puspitasari			√					√	7	87,5
12	Dwi Rohmat Saputro				√			√		7	87,5
13	Dyah Ari Murti rahayu			√				√		6	75
14	Fadhilah Salsabila			√					√	7	87,5
15	Fanny Saputra			√				√		6	75
16	Gading Bagus Wicaksana	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
17	Harjuna Bandung B K				√			√		7	87,5
18	Hasna Lathifah Irsyadia			√					√	7	87,5
19	Intan Juwita Salsabila			√				√		6	75
20	Maya Putri Wijaya			√				√		6	75
21	Muhammad Hariyanto D				√				√	8	100
22	Muhammad Luthfi I A			√					√	7	87,5
23	Muhammad Syarifudin J				√			√		7	87,5
24	Nur Widyatmoko				√				√	8	100
25	Ompu Pratama Putra S			√					√	7	87,5
26	Putri Arifa Cahya M				√				√	8	100
27	Regina Terra Parahita				√			√		7	87,5
28	Rifki Andriyansah			√					√	7	87,5
29	Rifky Fahrul Arifin			√					√	7	87,5
30	Risti Reza Radhana				√			√		7	87,5
31	Roni Setyawan				√				√	8	100

32	Tishara Fania Salma				√				√	8	100
33	Tri Wahyu Prasetya			√				√		6	75
34	Widya Armiana			√					√	7	87,5
Jumlah Skor Maksimal = 8											
NILAI = Jumlah Skor/Skor Maks x 100											

3. Keterampilan

Dalam pengambilan dapat dilakukan pemberian skor untuk setiap peserta didik, dengan aspek yang dinilai sebagai berikut :

- 1. Dapat melakukan *start* jongkok
- 2. Dapat melakukan sikap lari yang benar
- 3. Dapat melakukan teknik *finishing* yang benar

Berikan tanda cek pada kolom yang sudah disediakan, dengan criteria sebagai berikut :

- a. 4 = gerakan sangat baik
- b. 3 = gerakan baik
- c. 2 = gerakan cukup
- d. 1 = gerakan salah

No	Nama	Aspek yang Dinilai												Jmlh Skor	Nilai
		Start				Sikap Lari				Finish					
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4		
1	Akhsan Fadhi Andika				√			√				√		10	83,3
2	Alfina Rahmawati				√			√				√		10	83,3
3	Alivia Rianti Putri			√				√				√		9	75
4	Anas Rifqi Pratama				√			√					√	10	83,3
5	Anisa Septiani			√				√				√		9	75
6	Aulia Fitriyani			√				√				√		9	75
7	Aziz Nur Rohman				√			√				√		10	83,3
8	Azzahratunnisa Nur I			√				√				√		9	75
9	Dhiva Raudatul Zanna				√			√				√		10	83,3
10	Dian Mahanani			√				√					√	10	83,3
11	Dinar Puspitasari			√				√				√		9	75
12	Dwi Rohmat Saputro			√				√					√	10	83,3
13	Dyah Ari Murti Rahayu			√				√				√		9	75
14	Fadhilah Salsabila			√				√				√		9	75
15	Fanny Saputra			√				√				√		9	75
16	Gading Bagus W	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
17	Harjuna Bandung B K				√			√				√		10	83,3
18	Hasna Lathifah Irsyadia			√				√				√		9	75
19	Intan Juwita Salsabila			√				√				√		9	75
20	Maya Putri Wijaya			√				√					√	10	83,3
21	Muhammad Hariyanto			√					√			√		10	83,3
22	Muhammad Luthfi I A				√			√				√		10	83,3
23	Muhammad Syarifudin				√			√				√		10	83,3
24	Nur Widyatmoko			√					√			√		10	83,3

25	Ompu Pratama Putra S			√		√			√			√		10	83,3
26	Putri Arifa Cahya M		√			√				√			√	10	83,3
27	Regina Terra Parahita		√			√				√				9	75
28	Rifki Andriyansah		√			√					√			10	83,3
29	Rifky Fahrul Arifin		√			√				√				9	75
30	Risti Reza Radhana		√			√				√				9	75
31	Roni Setyawan			√		√				√				10	83,3
32	Tishara Fania Salma		√			√					√			10	83,3
33	Tri Wahyu Prasetya		√				√			√				10	83,3
34	Widya Armiana		√			√				√				9	75
Jumlah Skor Maksimal : 12															
Nilai = Jumlah Skor/Skor Maksimal x 100															

Lampiran

Teknik Penilaian Lari Jarak Pendek (*Sprint*)

Kelas VIII D

1. Spiritual dan sosial

Berikan tanda cek pada kolom yang sudah disediakan, setiap peserta didik menunjukkan atau menampilkan perilaku yang diharapkan. Tiap perilaku yang dicek dengan rentang skor antara 1 sampai dengan 3. (Baik = 3, Cukup = 2, Kurang = 1).

No	Nama	Aspek Yang Dinilai												Jml. Skor	Nilai
		Berdoa			Tanggung Jawab			Kerja Sama			Disiplin				
		1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3		
1	Adelia Gandhes Palupi			√		√			√				√	10	83,3
2	Adhika Tirta Nugraha		√			√				√			√	10	83,3
3	Adly Nur Fauzi		√			√				√		√		9	75
4	Agil Yusuf Mahendra			√		√			√			√		9	75
5	Agung Ichsan Rio R		√				√		√			√		9	75
6	Amri Ibnu Tsalits			√		√			√				√	10	83,3
7	Annisa Johan Puspita		√			√				√		√		9	75
8	Arsyali Romadhona N		√				√		√			√		9	75
9	Arya Nur Eka Kusuma			√			√		√				√	11	91,7
10	Bayu Setiawan			√		√			√				√	10	83,3
11	Bima Afif Wibowo			√		√			√			√		9	75
12	Desta Putri Surya W			√		√			√			√		9	75
13	Dian Agik Nugroho			√			√		√				√	11	87,5
14	Dinda Auliyana			√		√			√			√		9	75
15	Eka Amira Melati		√			√				√		√		9	75
16	Eliza Kumalasari			√		√			√			√		9	75
17	Fajar Abdul Najib			√		√				√		√		10	83,3
18	Faris Kurniawan		√			√				√			√	10	83,3
19	Firman Nugraha			√			√		√			√		10	83,3
20	Hermawan Saputro			√		√			√				√	10	83,3
21	Hindun Sabria Utami			√		√			√			√		9	75
22	Ima Amalia			√		√			√			√		9	75
23	Linda Azizah Rahmawati			√		√			√				√	10	83,3
24	Muhammad Faiz Azzizae F			√			√		√			√		10	83,3
25	Natasya Dwi Pangestuti		√			√			√			√		9	75
26	Nisa Shafitri			√		√			√			√		9	75
27	Novi Yulia Sari			√		√			√			√		9	75
28	Novita Damayanti			√		√			√			√		9	75
29	Pacsky Arya Yahya S			√			√		√				√	11	91,7
30	Rezkyanzah Setiyo N			√		√			√				√	10	83,3
31	Rizky Maulana Putra P			√		√			√				√	10	83,3
32	Siti Nur Hanisa			√		√			√			√		9	75

33	Vina Rosita Putri			√		√			√			√		9	75
34	Wandha Putri Nurika A			√		√			√			√		9	75
Jumlah Skor Maksimal = 12															
NILAI = Jumlah Skor/Skor Maks x 100															

2. Pengetahuan

Berikan tanda cek pada kolom yang sudah disediakan .

Skor 4 : jika jawaban benar

Skor 3 : jika jawaban mendekati benar

Skor 2 : jika jawaban kurang

Skor 1 : jika jawaban salah

Soal :

1. Bagaimana persiapan dan pelaksanaan lari jarak pendek ?
2. Bagaimana posisi tubuh ketika melewati garis *finish* ?

No	Nama	Butir Soal								Jumlah Skor	Nilai
		1				2					
		1	2	3	4	1	2	3	4		
1	Adelia Gandhes Palupi				√			√		7	87,5
2	Adhika Tirta Nugraha				√				√	8	100
3	Adly Nur Fauzi				√				√	8	100
4	Agil Yusuf Mahendra				√				√	8	100
5	Agung Ichsan Rio R				√				√	8	100
6	Amri Ibnu Tsalits			√					√	7	87,5
7	Annisa Johan Puspita				√			√		7	87,5
8	Arsyali Romadhona N				√				√	8	100
9	Arya Nur Eka Kusuma				√				√	8	100
10	Bayu Setiawan			√					√	7	87,5
11	Bima Afif Wibowo			√				√		6	75
12	Desta Putri Surya W			√					√	7	87,5
13	Dian Agik Nugroho				√				√	8	100
14	Dinda Auliyana				√			√		7	87,5
15	Eka Amira Melati				√			√		7	87,5
16	Eliza Kumalasari				√			√		7	87,5
17	Fajar Abdul Najib				√				√	8	100
18	Faris Kurniawan			√					√	7	87,5
19	Firman Nugraha				√				√	8	100
20	Hermawan Saputro				√			√		7	87,5
21	Hindun Sabria Utami			√					√	7	87,5
22	Ima Amalia				√				√	8	100
23	Linda Azizah Rahmawati				√			√		7	87,5

24	Muhammad Faiz Azzizae F				√			√		7	87,5
25	Natasya Dwi Pangastuti			√					√	7	87,5
26	Nisa Shafitri			√					√	7	87,5
27	Novi Yulia Sari			√					√	7	87,5
28	Novita Damayanti			√				√		6	75
29	Pacsky Arya Yahya S				√				√	8	100
30	Rezkyanzah Setiyo N			√					√	7	87,5
31	Rizky Maulana Putra p			√					√	7	87,5
32	Siti Nur Hanisa			√				√		6	75
33	Vina Rosita Putri				√			√		7	87,5
34	Wandha Putri Nurika A			√					√	7	87,5
Jumlah Skor Maksimal = 8											
NILAI = Jumlah Skor/Skor Maks x 100											

3. Keterampilan

Dalam pengambilan dapat dilakukan pemberian skor untuk setiap peserta didik, dengan aspek yang dinilai sebagai berikut :

1. Dapat melakukan *start* jongkok
2. Dapat melakukan sikap lari yang benar
3. Dapat melakukan teknik *finishing* yang benar

Berikan tanda cek pada kolom yang sudah disediakan, dengan criteria sebagai berikut : 4 = gerakan sangat baik, 3 = gerakan baik, 2 = gerakan cukup, 1 = gerakan salah.

No	Nama	Aspek yang Dinilai												Jumlah Skor	Nilai
		Start				Sikap Lari				Finish					
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4		
1	Adelia Gandhes Palupi			√				√				√		9	75
2	Adhika Tirta Nugraha			√				√					√	10	83,3
3	Adly Nur Fauzi			√					√			√		10	83,3
4	Agil Yusuf Mahendra				√			√				√		10	83,3
5	Agung Ichsan Rio R				√			√				√		10	83,3
6	Amri Ibnu Tsalits			√				√				√		9	75
7	Annisa Johan Puspita			√				√				√		9	75
8	Arsyali Romadhona N				√			√				√		10	83,3
9	Arya Nur Eka Kusuma			√					√			√		10	83,3
10	Bayu Setiawan			√				√					√	10	83,3
11	Bima Afif Wibowo			√				√				√		9	75
12	Desta Putri Surya W			√				√				√		9	75
13	Dian Agik Nugroho			√					√				√	11	91,7
14	Dinda Auliyana			√				√					√	10	83,3

15	Eka Amira Melati				√			√				√		10	83,3
16	Eliza Kumalasari			√				√				√		9	75
17	Fajar Abdul Najib			√				√					√	10	83,3
18	Faris Kurniawan				√			√				√		10	83,3
19	Firman Nugraha			√					√			√		10	83,3
20	Hermawan Saputro			√				√					√	10	83,3
21	Hindun Sabria Utami			√				√				√		9	75
22	Ima Amalia			√				√				√		9	75
23	Linda Azizah R				√			√				√		10	83,3
24	Muhammad Faiz A F			√					√			√		10	83,3
25	Natasya Dwi Pangestuti			√				√				√		9	75
26	Nisa Shafitri			√				√				√		9	75
27	Novi Yulia Sari			√				√				√		9	75
28	Novita Damayanti				√			√				√		10	83,3
29	Pacsky Arya Yahya S			√				√					√	10	83,3
30	Rezkyanzah Setiyo N			√				√				√		9	75
31	Rizky Maulana Putra				√			√				√		10	83,3
32	Siti Nur Hanisa				√			√				√		10	83,3
33	Vina Rosita Putri			√				√				√		9	75
34	Wandha Putri Nurika A				√			√				√		10	83,3
Jumlah Skor Maksimal : 16															
Nilai = Jumlah Skor/Skor Maksimal x 100															

DOKUMENTASI KEGIATAN



Gambar. 1. 1 Peserta didik terlihat senang bermain kucing-kucingan menggunakan bola ketika pemanasan (materi *Passing* menggunakan kaki bagian dalam).



Gambar. 1. 2 Peserta didik terlihat senang bermain kucing-kucingan menggunakan bola ketika pemanasan (materi *Passing* menggunakan kaki bagian dalam).



Gambar. 1.3. Peserta didik bermain sepakbola dengan peraturan yang dimodifikasi



Gambar. 1.4 Peserta didik mencoba melakukan lompat jauh gaya menggantung



Gambar. 1. 5 Peserta didik yang merupakan atlet popda membantu temannya dalam latihan *passing* bawah (tahap *drill*)



Gambar. 1. 6 Peserta didik melakukan pelepasan usai kegiatan belajar penjasorkes



LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL/ MAGANG III

NAMA LEMBAGA SEKOLAH/	: SMP Negeri 1 Prambanan	NAMA MAHASISWA	: Leli Prastiwi
ALAMAT SEKOLAH/LEMBAGA	: Jl. Solo-Jogja km 47 Prambanan, Klaten	NIM	: 12601241089
GURU PEMBIMBING	: Suharno, S. Pd.	FAK/JUR/PRODI	: FIK/POR/Pend. Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
		DOSEN PEMBIMBING	: Tri Ani Hastuti, M. Pd

	Hari/Tanggal	Materi Kegiatan	Hasil	Hambatan	Solusi
1	Sabtu/8/8/2015	Pendampingan lomba gerak jalan se-kecamatan Prambanan dalam rangka menyambut HUT RI ke-70 dan hari jadi kabupaten Klaten ke-211.	SMP N 1 Prambanan mengeluarkan 2 tim putri dan 2 tim putri dengan masing-masing anggota 11 orang. Berhasil memperoleh juara 1 dan 2 putri, serta juara 1 dan 2 putra	-	-
2	Senin/10/8/2015	Observasi.	Observasi di Lap. Kempul, dimana Bp. Suharno dan Bp. Sudarto mengajar Penjas kelas 9 dan kelas 7. Dari kegiatan observasi ini didapatkan ilmu bagaimana cara mengajar penjas dengan baik dan mengelola kelas serta mengerti dan memahami karakter peserta didik yang bermacam-macam.	-	-
		Konsultasi RPP.	Supaya membuat RPP dengan kurikulum 2013 sesuai dengan kebijakan terbaru hasil	-	-

3	Selasa/11/8/2015		dari MGMP Penjas Kab. Klaten, dengan materi ditentukan oleh Bp. Suharno Minggu pertama lompat jauh gaya menggantung dan permainan bola besar (sepak bola)		
		Mengumpulkan Materi.	Mendapatkan materi dari buku siswa dan buku pegangan guru di perpustakaan SMP N 1 Prambanan	-	-
		Membuat RPP.	RPP untuk kelas 8 dengan materi lompat jauh gaya menggantung (<i>hang style</i>) dan permainan bola besar (sepak bola)	-	-
		Pembuatan Media Pembelajaran.	Media gambar berupa gambar teknik lompat jauh gaya menggantung (<i>hang style</i>) menggunakan kertas gambar A3 dan teknik <i>passing</i> menggunakan kaki bagian dalam	-	-
		Mengajar.	Mengajar penjas kelas 8A dengan materi lompat jauh gaya menggantung (<i>hang style</i>), kelas 8A merupakan kelas dimana peserta didiknya merupakan siswa-siswai pilihan. Peserta didik aktif dalam belajar lompat jauh dan rasa ingin tahu mereka sangat tinggi.	-	-
		Evaluasi mengajar.	Bp. Suharno memberikan masukan-masukan demi kelancaran kegiatan pembelajaran selanjutnya.	-	-

4	Rabu/12/8/2015	Mengajar.	Mengajar penjas kelas 8B dengan materi lompat jauh gaya menggantung (<i>hang style</i>). Kegiatan belajar mengajar pada jam ini berlangsung kurang baik.	- kegiatan pengelolaan kelas masih kurang, dilihat dari banyaknya beberapa peserta didik yang duduk ketika menunggu antrian melompat.	-peserta didik perempuan dan laki-laki dipisah, ketika peserta didik perempuan melakukan lompat jauh peserta didik laki-laki diberikan permainan yang lain begitu juga sebaliknya, agar meminimalisir peserta didik yang duduk ketika menunggu antrian.
		Evaluasi mengajar.	Bp. Suharno memberikan masukan-masukan demi kelancaran kegiatan pembelajaran selanjutnya.	-	-
		Mengantar peserta didik.	Mengantar pulang peserta didik yang sakit di dusun Lusah, Prawatan, Jogonalan, Klaten.	-	-
		Rekap Nilai.	Merekap nilai lompat jauh kelas 8A dan kelas 8B	-	-
		Pendampingan gladi bersih upacara.	Pendampingan gladi bersih upacara peringatan hari pramuka di Lap. Kemudo. SMP N 1 Prambanan berpartisipasi dalam regu koor dan pengucapan dasa dharma pramuka.	-	-
		Pendataan peserta	Melakukan pendataan peserta lomba gerak		

5	Kamis/13/8/2015	lomba gerak jalan.	jalan dan memasukkan biodata peserta didik ke dalam file untuk kelengkapan administrasi.		
		Membuat media.	Pembuatan media pembelajaran <i>passing</i> menggunakan kaki bagian dalam	-	-
		Mengajar.	Mengajar penjas kelas VIII C dengan materi permainan bola besar (sepak bola).	Kurang tersedianya sarana pembelajaran, berupa bola sepak.	Bp. Suharno menyarankan untuk memakai bola voli sebagai ganti bola sepak.
		Mengajar.	Mengajar penjas kelas VIII D dengan materi permainan bola besar (sepak bola).	-	-
6	Jumat/14/8/2015	Rekap nilai	Merekap nilai kelas VIII C dan VIII D, mengenai teknik <i>passing</i> dan <i>dribbling</i> dalam permainan sepak bola	-	-
		Upacara peringatan hari pramuka.	Upacara dilakukan di halaman sekolah.	-	-
		Membuat maskot.	Membantu membuat kerangka maskot SMP N 1 Prambanan untuk karnaval dalam rangka memperingati HUT RI ke-70.	Lem kertas yang disediakan sekolah tidak bisa dipakai karena tidak dapat melekatkan bahan satu dengan yang lain.	Menggunakan lem kayu milik salah satu mahasiswa Pend. Seni Kerajinan.

7	Sabtu/15/8/2015	Membuat RPP	Membuat RPP lari jarak pendek (<i>sprint</i>)	-	-
8	Minggu/16/8/2015	Membuat media	Membuat media pembelajaran teknik <i>start</i> jongkok untuk lari jarak pendek.	-	-
9	Senin/17/8/2015	Upacara 17 Agustus	Upacara penaikan bendera di Lap. Krido Buwana pukul 07.00-10.30 WIB.	-	-
		Menghias maskot	Menghias gunung untuk karnaval SMP N 1 Prambanan Klaten bersama guru-guru.	-	-
		Upacara 17 Agustus	Upacara penurunan bendera di Lap. Krido Buwana pukul 15.30-17.00 WIB.	-	-
10	Selasa/18/8/2015	Mengajar	Mengajar penjas kelas VIII A dengan materi permainan bola besar (sepak bola teknik <i>passing</i> dan <i>dribling</i>) menggunakan metode <i>TGfU</i> (<i>Teaching Game for Understanding</i>).	-	-
		Mengajar	Mengajar penjas kelas VIII B dengan materi permainan bola besar (sepak bola teknik <i>passing</i> dan <i>dribling</i>) menggunakan metode <i>TGfU</i> (<i>Teaching Game for Understanding</i>).	-	-
11	Rabu/19/8/2015	Kerja Bakti	Membersihkan papan pengumuman dan memlitur meja untuk menerima tamu dalam rangka mempersiapkan lomba PMR. Memasang gorden yang telah disediakan di setiap kelas.	-	-

12	Kamis/20/8/2015	Mengajar	Mengajar penjas kelas VIII C dengan materi lari jarak pendek mencakup teknik <i>start</i> , sikap berlari, dan teknik melewati garis <i>finish</i> , menggunakan metode bermain untuk melatih kecepatan reaksi.	-	-
		Mengajar	Mengajar penjas kelas VIII D dengan materi lari jarak pendek mencakup teknik <i>start</i> , sikap berlari, dan teknik melewati garis <i>finish</i> , menggunakan metode bermain untuk melatih kecepatan reaksi.	-	-
		Kerja Bakti	Melanjutkan pemasangan gorden yang belum selesai.	-	-
13	Jumat/21/8/2015	Pendampingan Ekstrakurikuler PMR	Mendampingi dan melatih peserta didik yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler PMR melakukan pembalutan, penanganan cedera, dan lain-lain.	-	-
14	Sabtu/22/8/2015	Rekap nilai	Merekap nilai teknik <i>passing</i> , <i>controlling</i> , dan <i>dribbling</i> dalam permainan sepak bola kelas VIII A dan VIII B	-	-
			Merekap nilai teknik <i>start</i> , sikap lari, dan <i>finishing</i> dalam lari jarak pendek kelas VIII C dan VIII D.	-	-
		Membuat RPP	Membuat RPP materi <i>passing</i> bawah bola voli dan lari jarak menengah (1500m)	-	-

15	Senin/24/8/2015	Upacara hari senin	Upacara dilakukan di halaman sekolah.	Beberapa peserta didik masih bermalas-malasan melakukan simulasi ini.	Mendekati dan meminta peserta didik untuk ikut serta dalam simulasi dengan memberikan sedikit pengertian.
		Simulasi penanganan korban gempa.	Seluruh warga sekolah melakukan simulasi bencana gempa yang sebelumnya telah dibagi peran masing-masing, ada yang menjadi korban luka ringan, sedang, berat, meninggal, dan ibu hamil, serta ada yang bertugas sebagai tim penyelamat dan lain-lain.		
16	Selasa/25/8/2015	Membuat media	Membuat media pembelajaran berupa gambar teknik <i>passing</i> bawah bola voli.	-	-
		Mengajar	Mengajar penjas kelas VIII A dengan materi permainan bola besar (bola voli) teknik <i>passing</i> bawah dengan menggunakan permainan modifikasi.		
		Mengajar	Mengajar penjas kelas VIII B dengan materi permainan bola besar (bola voli) teknik <i>passing</i> bawah dengan menggunakan permainan modifikasi. Kegiatan pembelajaran berlangsung aktif karena di kelas ini terdapat beberapa peserta didik yang mengikuti popda cabor bola voli, sehingga dapat membantu temannya yang belum pandai dalam hal permainan bola voli.	Tidak memiliki lapangan voli	Dilakukan di lapangan sepak bola kempul dengan menggunakan lapangan serta net modifikasi dari lembing yang ditancapkan sebagai tiang kemudian dipasang tali rafia sebagai net.

		Simulasi bencana gempa	Simulasi lebih baik dari simulasi sebelumnya.	-	-
17	Rabu/26/8/2015	Simulasi bencana gempa	Simulasi diadakan lebih sering intensitasnya daripada simulasi sebelumnya, sehari 3 kali simulasi dengan tidak diberitahukan ke seluruh warga sekolah, ini ditujukan untuk mengecek kepekaan dan seberapa tanggap warga sekolah terhadap bencana khususnya gempa.	-	-
18	Kamis/27/8/2015	Mengajar	Mengajar kelas VIII C dengan materi lari jarak menengah (1500m)	-	-
		Mengajar	Mengajar kelas VIII D dengan materi lari jarak menengah (1500m)	-	-
		Simulasi bencana gempa	Simulasi ditambah lagi intensitasnya menjadi 4x dalam sehari, tujuannya masih sama dengan simulasi sebelumnya.	-	-
19	Jumat/28/8/2015	Lomba PMR tingkat provinsi	SMP N 1 Prambanan Klaten mewakili kabupaten Klaten lomba PMR tingkat provinsi, dengan tema sekolah siaga bencana. Simulasi berjalan lancar dan sukses	-	-
		Pendampingan Ekstrakurikuler Pramuka	Ekstrakurikuler pramuka diikuti oleh seluruh peserta didik kelas VII dan VIII serta beberapa peserta didik kelas IX sebagai DP	-	-

			(Dewan Penggalang).		
20	Senin/31/8/2015	Upacara Bendera	Upacara dilakukan di halaman sekolah seperti biasa, dengan pembina upacara Kep. Sek Ibu. Titin Windiyarsih. Penyematan pin kepada seluruh anggota PMR Penyerahan piala juara gerak jalan kepada peserta didik.	-	-
21	Selasa/1/9/2015	Membuat laporan	Membuat laporan PPL BAB I	-	-
22	Rabu/2/9/2015	Membuat laporan	Membuat laporan PPL BAB II	-	-
23	Kamis/3/2015	Membuat laporan	Melanjutkan BAB II dan membuat beberapa lampiran	-	-
24	Jumat/4/9/2015	Jumat bersih	Melakukan kerja bakti sekolah diikuti oleh seluruh warga sekolah.	-	-
		Pendampingan Ekstrakurikuler Pramuka.	Ekstrakurikuler pramuka diikuti oleh seluruh peserta didik kelas VII dan VIII serta beberapa peserta didik kelas IX sebagai DP (Dewan Penggalang).	-	-
25	Senin/7/9/2015	Upacara Bendera	Upacara dilaksanakan di halaman sekolah dengan amanah barangsiapa yang berusaha maka dialah yang akan berhasil, dilanjutkan dengan pelantikan pengurus OSIS periode	-	-

			2015-2016 oleh Ibu Titin Windiyarsih selaku kepala SMP N 1 Prambanan Klaten. Anggota OSIS berjumlah sebanyak 14 siswa.		
		Mengecat Lapangan Basket dan Tennis	Pengecatan dimulai usai pulang sekolah, dikerjakan oleh 11 orang mahasiswa PPL dan 1 guru SMP N 1 Prambanan. Pengecatan baru sekitar 35 %.	Cat kurang	Dilanjutkan hari berikutnya sembari menunggu pihak sekolah membeli cat lagi.
		Membuat laporan	Melanjutkan laporan BAB III saran dan kesimpulan, serta daftar pustaka.	-	-
26	Selasa/8/9/2015	Mengecat Lapangan Basket dan Tennis.	Melanjutkan pengecatan lapangan kembali, lapangan telah selesai 100 % dengan lapangan basket berwarna hijau muda dengan <i>line</i> kuning dan lapangan Tennis berwarna biru dengan <i>line</i> berwarna putih.	-	-
27	Rabu/9/9/2015	Jalan Sehat	Jalan sehat bersama seluruh warga SMP N 1 Prambanan Klaten dalam rangka memperingati Hari Olahraga Nasional dengan rute kurang lebih sejauh 3km, melewati jalan raya Klaten-Solo, persawahan dekat pabrik susu SGM, Lap. Kemudo, persawahan dan kembali lagi ke sekolah.	-	-

			<p>maaf, serta penyerahan nilai oleh Ibu Titin Windiyarsih selaku kepala SMP N 1 Prambanan Klaten, dilanjutkan pamitan mahasiswa PPL dengan seluruh warga SMP N 1 Prambanan Klaten.</p>		
--	--	--	---	--	--

Klaten, September 2015

Dosen Pembimbing Lapangan

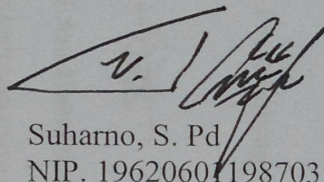
Mengetahui:

Guru Pembimbing

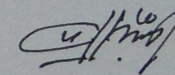
Mahasiswa



Tri Ani Hastuti, M. Pd.
NIP. 197209042001122001



Suharno, S. Pd
NIP. 196206011987031009



Leli Prastiwi
NIM. 12601241089



LAPORAN DANA PELAKSANAAN PPL/MAGANG III
TAHUN 2015

Universitas Negeri Yogyakarta

Nama Sekolah/Lembaga : SMP N 1 Prambanan Klaten

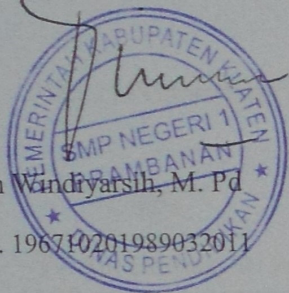
Alamat Sekolah/Lembaga : Jl. Solo-Jogja Km. 47, Prambanan, Klaten

No	Nama Kegiatan	Hasil Kualitatif/Kuantitatif	Serapan Dana (Dalam rupiah)				
			Swadaya/Se kolah/Lemba ga	Mahasiswa	Pemda Kabupate n	Sponsor/Lem baga lainnya	Jumlah
1	Pembuatan Media Pembelajaran Materi Lompat jauh	Media gambar berupa gambar teknik lompat jauh gaya menggantung menggunakan kertas gambar A3	-	√	-	-	Rp. 7.500
2	Pembuatan Media Pembelajaran Materi Sepak Bola	Media gambar berupa gambar teknik passing menggunakan kaki bagian dalam, media gambar menggunakan kertas gambar ukuran A3	-	√	-	-	Rp. 7. 500
3	Pembuatan Media Pembelajaran Materi Lari Sprint	<ul style="list-style-type: none">- Media berupa gambar teknik <i>start</i>, sikap berlari, dan teknik <i>finish</i> dalam lari jarak pendek (<i>sprint</i>)- Media berupa alat untuk permainan pemanasan peserta didik berupa potongan-potongan tali rafia	-	√	-	-	Rp. 12. 000
4	Pembuatan Media Pembelajaran Materi Permainan Bola Voli	Media gambar berupa gambar teknik <i>passing</i> bawah dan <i>passing</i> atas permainan bola voli, media gambar menggunakan kertas gambar ukuran A3	-	√	-	-	Rp. 7. 500

5	Print RPP	5 RPP (Lompat Jauh Gaya Menggantung, Lari Jarak Pendek, Lari Jarak Menengah, Sepak Bola, Bola Voli)	-	√	-	-	Rp. 35.000
JUMLAH TOTAL							Rp. 69. 500

Mengetahui/Menyetujui :

Kepala Sekolah/ Pimpinan Lembaga



Titin Wandyarsih, M. Pd

NIP. 196710201989032011

Dosen Pembimbing

Tri Ani Hastuti, M. Pd

NIP. 197209042001122001

Ketua Kelompok PPL

Eddy Santoso

NIM. 12205241059



KARTU BIMBINGAN PPL

PUSAT PENGEMBANGAN PPL DAN PKL

LEMBAGA PENGEMBANGAN DAN PENJAMINAN MUTU PENDIDIKAN (LPPMP) UNY
TAHUN2015.....

F04

UNTUK MAHASISWA

Nama Sekolah / Lembaga : SMP N 1 Prambanan Klaten
Alamat Sekolah : Jalan Solo - Jogja Km 47 Prambanan Fax./ Telp. Sekolah :
Nama DPL PPL : Tri Ani Hastuti . M. Pd.
Prodi / Fakultas DPL PPL : PJKR / FIK.
Jumlah Mahasiswa PPL : 2 (Dua) orang.

No	Tgl. Kehadiran	Jml Mhs	Materi Bimbingan	Keterangan	Tanda Tangan DPL PPL
1	12 Agustus 2015	2	Pengurusan matriks		
2	19 Agustus 2015	2	Supervisi praktik mengajar		
3	26 Agustus 2015	2	monitoring evaluasi PPL		
4	2 September 2015	2	monitoring evaluasi PPL dan laporan PPL		

PERHATIAN :

- ☛ Kartu bimbingan PPL ini dibawa oleh mhs PPL (1 kartu untuk 1 prodi).
- ☛ Kartu bimbingan PPL ini harap diisi materi bimbingan dan dimintakan tanda tangan dari DPL PPL setiap kali bimbingan di lokasi.
- ☛ Kartu bimbingan PPL ini segera dikembalikan ke PP PPL & PKL UNY paling lambat 3 (tiga) hari setelah penarikan mhs PPL untuk keperluan administrasi.

Mengetahui,
Kepala Sekolah / Lembaga

Titin Windiyarsih M. Pd.

NIP. 19671020 198903 2 011

Klaten, September 2015.

Mhs PPL Prodi PJKR

Leli Prasthiwi

Bani Yogi D.



MATA PELAJARAN : PENDIDIKAN JASMANI OLAAHRAGA DAN KESEHATAN
KELAS : VIII (8)

SMP NEGERI 1 PRAMBANAN KLATEN

Nama Sekolah : SMP N 1 Prambanan Klaten

Kelas/Semester : VIII

Kompetensi Inti :

1. Menghargai dan menghayati ajaran agama yang dianutnya
2. Menghargai dan menghayati perilaku jujur, disiplin, tanggung awab, peduli (toleransi, gotong royong), santun, percaya diri, dalam berinteraksi secara efektif dengan lingkungan social dan alam dalam jangkauan pergaulan dan keberadaannya.
3. Memahami dan menerapkan pengetahuan (faktual, konseptual, dan prosedural) berdasarkan rasa ingin tahunya tentang ilmu pengetahuan, teknologi, seni, budaya terkait fenomena dan kejadian tampak mata
4. Mengolah, menyaji, dan menalar dalam ranah konkret (menggunakan, mengurai, merangkai, memodifikasi, dan membuat) dan ranah abstrak (menulis, membaca, menghitung, menggambar, dan mengarang) sesuai dengan yang dipelajari di sekolah dan sumber lain yang sama dalam sudut pandang/teori.

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
1.1 Menghayati dan mengamalkan nilai-nilai agama yang dianut dalam melakukan aktivitas jasmani, permainan, dan olahraga, dicerminkan dengan: a. Pembiasaan perilaku berdoa sebelum dan sesudah pelajaran. b. Selalu berusaha secara maksimal dan tawakal dengan hasil akhir. c. Membiasakan berperilaku baik dalam berolahraga dan latihan. 2.1 Berperilaku sportif dalam bermain. 2.2 Bertanggung jawab dalam penggunaan sarana dan prasarana pembelajaran serta menjaga keselamatan diri sendiri, orang lain, dan lingkungan sekitar. 2.3 Menghargai perbedaan karakteristik	Sepak Bola	Mengamati <ul style="list-style-type: none">• Berdoa sebelum dan setelah pelajaran• Membaca informasi tentang variasi dan kombinasi keterampilan permainan sepak bola (menendang bola, menghentikan bola, menggiring bola, dan menyundul bola), dan• Mencari informasi tentang variasi dan kombinasi keterampilan permainan sepak bola (menendang bola, menghentikan bola, menggiring bola, dan menyundul bola) dari berbagai sumber media cetak atau elektronik, atau• Mengamati pertandingan sepak bola secara langsung dan atau di TV/Video dan membuat catatan tentang variasi dan kombinasi keterampilan permainan sepak bola (menendang bola, menghentikan bola, menggiring bola, dan menyundul bola) dan membuat catatan hasil pengamatan.	Unjuk kerja: Untuk mengukur keterampilan gerak aspek psikomotor Observasi: Untuk mengukur keterampilan gerak dan perilaku selama aktifitas Portofolio: Tulisan atau hasil kerja berupa kajian konsep dan prinsip permainan serta keterampilan	18 JP	<ul style="list-style-type: none">• Bola sepak• Lapangan sepakbola• Tiang gawang• Tiang pancang• Peluit• Kapur• Sumber: Buku Penjasorkes SMP Kelas VIII

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
<p>individual dalam melakukan berbagai aktivitas fisik.</p> <p>2.4 Menunjukkan kemauan kerjasama dalam melakukan berbagai aktivitas fisik .</p> <p>2.5 Toleransi dan mau berbagi dengan teman dalam melakukan berbagai aktivitas fisik.</p> <p>2.6 Disiplin selama melakukan berbagai aktivitas fisik.</p> <p>2.7 Menerima kekalahan dan kemenangan dalam permainan.</p> <p>3.1 Memahami konsep variasi dan kombinasi keterampilan permainan bola besar.</p> <p>4.1 mempraktikkan variasi dan kombinasi keterampilan berbagai permainan bola besar dengan koordinasi yang baik.</p>		<p>Menanya</p> <ul style="list-style-type: none"> Mempertanyakan tentang variasi dan kombinasi keterampilan permainan sepak bola, misalnya : apakah jenis variasi dari keterampilan permainan sepak bola (menendang, mengiring, memberhentikan, dan menyundul) ?”, bagaimanakah cara melatih keterampilan variasi dan kombinasi keterampilan sepak bola?, keterampilan apa saja dalam permainan sepak bola yang dapat dikombinasikan?. Mempertanyakan tentang manfaat permainan sepak bola terhadap kesehatan dan otot-otot yang dominan yang dipergunakan dalam permainan sepak bola. <p>Eksplorasi</p> <ul style="list-style-type: none"> Menendang bola dengan berbagai variasi menggunakan kaki kanan dan kaki kiri ke berbagai arah pada posisi diam dan bergerak secara individu dengan menunjukkan nilai percaya diri dan disiplin Menggiring bola ke berbagai arah dengan berbagai variasi menggunakan kaki kanan dan kaki kiri secara individu dengan menunjukkan nilai percaya diri dan disiplin Mengontrol/merhentikan bola yang datang dari berbagai arah dengan berbagai variasi menggunakan kaki kanan dan kaki kiri pada posisi diam dan bergerak secara individu dengan menunjukkan nilai percaya diri dan disiplin Mengontrol/memberhentikan bola menggunakan berbagai bagian tubuh pada posisi diam dan bergerak secara individu dengan menunjukkan nilai percaya diri dan disiplin Menyundul bola dengan berbagai variasi ke berbagai arah pada posisi diam dan bergerak secara individu dengan menunjukkan nilai percaya diri dan disiplin 	<p>gerak</p> <p>Tes: Prinsip dan konsep keterampilan gerak</p>		

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
		<ul style="list-style-type: none"> Menendang dan memberhentikan bola secara berpasangan atau berkelompok menggunakan kaki kiri dan kaki kanan pada posisi diam dan bergerak dengan menunjukkan nilai kerjasama, disiplin, dan toleransi. Mengkombinasikan gerak memberhentikan dan menendang bola menggunakan kaki kiri dan kaki kanan pada posisi diam dan bergerak secara berpasangan atau berkelompok dengan menunjukkan nilai kerjasama, disiplin, dan toleransi. Mengkombinasikan gerak menggiring dan menendang bola menggunakan kaki kiri dan kaki kanan pada posisi diam dan bergerak secara berpasangan atau berkelompok dengan menunjukkan nilai kerjasama, disiplin, dan toleransi. Mendiskusikan dan membuat kesimpulan tentang keterampilan gerak variasi dan kombinasi permainan sepak bola secara sederhana berkelompok dengan menunjukkan kerjasama Mendiskusikan kekuatan dan kelemahan yang sering dilakukan saat melakukan variasi dan kombinasi permainan sepak bola (menendang, menggiring, memberhentikan, dan menyundul) dengan benar dan membuat kesimpulannya. Mendiskusikan bagaimana cara memperbaiki kesalahan-kesalahan yang sering dilakukan saat melakukan variasi dan kombinasi permainan sepak bola (menendang, menggiring, memberhentikan, dan menyundul) dengan benar dan membuat kesimpulannya. <p>Mengasosiasi</p> <ul style="list-style-type: none"> Menemukan hubungan permainan sepak bola dengan kesehatan dan kebugaran tubuh Menemukan pola variasi dan kombinasi yang paling tepat 			

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
		<p>untuk kebutuhan individual</p> <p>Mengkomunikasikan</p> <ul style="list-style-type: none"> Melakukan permainan sepak-bola dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi dengan menerapkan variasi dan kombinasi teknik menendang, menahan, menggiring, menyundul, dan menembak ke gawang dengan menekankan pada nilai-nilai sportif, bertanggungjawab, menghargai perbedaan, kerja-sama, toleransi, disiplin dan menerima kekalahan dan mengekspresikan kemenangan secara wajar selama melakukan permainan. Menunjukkan perilaku bertanggung jawab dalam menggunakan dan merawat peralatan permainan Mau bermain dengan semua teman tanpa membedakan agama, suku, dan kemampuan Disiplin mengikuti aturan yang disepakati Menunjukkan perilaku sportif selama bermain softball Menunjukkan perilaku menerima kekalahan dan mengekspresikan kemenangan tidak berlebih Memberikan saran perbaikan keterampilan kepada teman selama melakukan permainan 			
	Bola Voli	<p>Mengamati</p> <ul style="list-style-type: none"> Berdoa sebelum dan setelah pelajaran Membaca informasi tentang variasi dan kombinasi keterampilan permainan bola voli (passing, servis, smesh, dan membendung) dan Mencari informasi tentang variasi dan kombinasi keterampilan permainan bola voli (passing, servis, smesh, dan membendung) dari berbagai sumber media cetak atau 	<p>Unjuk kerja: Untuk mengukur keterampilan gerak aspek psikomotor</p> <p>Observasi: Untuk mengukur</p>		<ul style="list-style-type: none"> Bolavoli Lapangan bolavoli Net/jaring bolavoli Peluit <p>Sumber: Buku Penjasorkes SMP</p>

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
		<p>elektronik, atau</p> <ul style="list-style-type: none"> Mengamati pertandingan bola voli secara langsung dan atau di TV/Video dan membuat catatan tentang variasi dan kombinasi keterampilan permainan bola voli (passing, servis, smesh, dan membendung) dan membuat catatan hasil pengamatan. <p>Menanya</p> <ul style="list-style-type: none"> Mempertanyakan hubungan tinggi badang dengan tingginya lompatan dalam permainan bola voli Mempertanyakan hubungan permainan bola voli dengan kesehatan dan otot-otot yang dominan bekerja dalam permainan bola voli Mempertanyakan tentang berbagai variasi dan kombinasi keterampilan permainan bola voli <p>Eksplorasi</p> <ul style="list-style-type: none"> Melakukan passing bawah dalam berbagai variasi secara individu dengan menunjukkan nilai percaya diri dan disiplin. Melakukan passing atas dalam berbagai variasi secara individu dengan menunjukkan nilai percaya diri dan disiplin. Melakukan servis dalam berbagai variasi secara individu dengan menunjukkan nilai percaya diri dan disiplin. Membendung bola dalam berbagai variasi secara berpasangan atau berkelompok dengan menunjukkan nilai percaya diri, disiplin, dan kerjasama. Mengkombinasikan gerak melompat dengan membendung atau servis secara individu dan berpasangan dengan menunjukkan nilai percaya diri, disiplin, dan kerjasama. Mendiskusikan kekuatan dan kelemahan yang sering 	<p>keterampilan gerak dan perilaku selama aktifitas</p> <p>Portofolio: Tulisan atau hasil kerja berupa kajian konsep dan prinsip permainan serta keterampilan gerak</p> <p>Tes: Prinsip dan konsep keterampilan gerak</p>		Kelas VIII,

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
		<p>dilakukan saat melakukan variasi dan kombinasi permainan bola voli (passing, servis, smesh, dan membendung) dengan benar dan membuat kesimpulannya.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Mendiskusikan bagaimana cara memperbaiki kesalahan-kesalahan yang sering dilakukan saat melakukan variasi dan kombinasi permainan bola voli (passing, servis, smesh, dan membendung) dengan benar dan membuat kesimpulannya. • Mendiskusikan dan membuat kesimpulan tentang keterampilan gerak permainan bola voli secara sederhana berkelompok dengan menunjukkan kerjasama <p>Mengasosiasi</p> <ul style="list-style-type: none"> • Menemukan hubungan permainan bola voli dengan kesehatan dan kebugaran tubuh • Menemukan pola variasi dan kombinasi permainan bola voli yang paling tepat untuk kebutuhan individual <p>Mengkomunikasikan</p> <ul style="list-style-type: none"> • Melakukan permainan bolavoli dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi dengan menerapkan variasi dan kombinasi keterampilan permainan bola voli yang telah dipelajari (passing bawah, passing atas, servis bawah, servis atas, smesh dan bendungan) dengan menunjukkan nilai-nilai sportif, bertanggungjawab, menghargai perbedaan, kerjasama, toleransi, disiplin dan menerima kekalahan dan mengekspresikan kemenangan secara wajar selama melakukan permainan. • Menunjukkan perilaku bertanggung jawab dalam menggunakan dan merawat peralatan permainan • Mau bermain dengan semua teman tanpa membedakan 			

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
		agama, suku, dan kemampuan <ul style="list-style-type: none"> • Disiplin mengikuti aturan yang disepakati • Menunjukkan perilaku sportif selama bermain softball • Menunjukkan perilaku menerima kekalahan dan mengekspresikan kemenangan tidak berlebih • Memberikan saran perbaikan keterampilan kepada teman selama melakukan permainan • Mendiskusikan dan membuat kesimpulan tentang keterampilan gerak permainan bola voli secara sederhana berkelompok dengan menunjukkan kerjasama 			
	Bola Basket	Mengamati <ul style="list-style-type: none"> • Berdoa sebelum dan setelah pelajaran • Membaca informasi tentang variasi dan kombinasi keterampilan permainan bola basket (memantulkan, melempar, menangkap, menembak ke jaring, dan lay up) dan • Mencari informasi tentang variasi dan kombinasi keterampilan permainan bola basket (memantulkan, melempar, menangkap, menembak ke jaring, dan lay up) dari berbagai sumber media cetak atau elektronik, atau • Mengamati pertandingan bola basket secara langsung dan atau di TV/Video dan membuat catatan tentang variasi dan kombinasi keterampilan permainan bola basket (memantulkan, melempar, menangkap, menembak ke jaring, dan lay up) dan membuat catatan hasil pengamatan. Menanya <ul style="list-style-type: none"> • Mempertanyakan tentang berbagai variasi dan kombinasi keterampilan permainan bola basket (memantulkan, melempar, 	Unjuk kerja: Untuk mengukur keterampilan gerak aspek psikomotor Observasi: Untuk mengukur keterampilan gerak dan perilaku selama aktifitas Portofolio: Tulisan atau hasil kerja berupa kajian konsep dan prinsip permainan serta keterampilan		<ul style="list-style-type: none"> • Bolabasket • Lapangan bolabasket • Ring bolabasket • Peluit Sumber: Buku Penjasorkes SMP Kelas VIII,

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
		<p>menangkap, menembak ke jaring, dan lay up).</p> <ul style="list-style-type: none"> • Mempertanyakan hubungan permainan bola basket dengan kesehatan dan otot-otot yang dominan bekerja dalam permainan bola voli <p>Eksplorasi</p> <ul style="list-style-type: none"> • Memantulkan bola dengan berbagai variasi menggunakan tangan kanan dan tangan kiri dalam posisi di tempat dan bergerak secara individu dengan menunjukkan nilai percaya diri dan disiplin. • Melemparkan bola dengan berbagai variasi menggunakan satu tangan dan dua tangan ke berbagai arah dalam posisi di tempat dan sambil bergerak secara individu dengan menunjukkan nilai percaya diri dan disiplin. • Menembakan bola ke jaring dengan berbagai variasi menggunakan satu atau dua tangan dalam posisi diam dan bergerak secara individu dengan menunjukkan nilai percaya diri dan disiplin. • Melakukan gerakan lay up dengan berbagai variasi menggunakan tangan kanan dan tangan kiri secara individu dengan menunjukkan nilai percaya diri dan disiplin. • Melemparkan dan menangkap bola menggunakan satu atau dua tangan dengan berbagai variasi dalam posisi diam dan bergerak secara berpasangan atau berkelompok dengan menunjukkan nilai kerjasama, percaya diri, disiplin dan toleransi. • Mendiskusikan kekuatan dan kelemahan yang sering dilakukan saat melakukan variasi dan kombinasi permainan bola basket (memantulkan, melempar, menangkap, menembak ke jaring, dan lay up) dengan benar dan membuat 	<p>gerak</p> <p>Tes: Prinsip dan konsep keterampilan gerak</p>		

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
		<p>kesimpulannya.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Mendiskusikan bagaimana cara memperbaiki kesalahan-kesalahan yang sering dilakukan saat melakukan variasi dan kombinasi permainan bola basket (memantulkan, melempar, menangkap, menembak ke jaring, dan lay up) dengan benar dan membuat kesimpulannya. • Mendiskusikan dan membuat kesimpulan tentang keterampilan gerak permainan bola basket secara sederhana berkelompok dengan menunjukkan kerjasama <p>Mengasosiasi</p> <ul style="list-style-type: none"> • Menemukan hubungan permainan bola basket dengan kesehatan dan kebugaran tubuh • Menemukan pola variasi dan kombinasi permainan bola basket yang paling tepat untuk kebutuhan individual <p>Mengkomunikasikan</p> <ul style="list-style-type: none"> • Melakukan permainan bola-basket menggunakan peraturan yang dimodifikasi dengan menerapkan variasi kombinasi teknik melempar, menangkap, menggiring dan menembak bola ke ring basket yang telah dipelajari dengan menunjukkan pada nilai-nilai sportif, bertanggungjawab, menghargai perbedaan, kerja-sama, toleransi, disiplin dan menerima kekalahan dan mengekspresikan kemenangan secara wajar selama melakukan permainan. • Menunjukkan perilaku bertanggung jawab dalam menggunakan dan merawat peralatan permainan • Mau bermain dengan semua teman tanpa membedakan agama, suku, dan kemampuan • Disiplin mengikuti aturan yang disepakati 			

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
		<ul style="list-style-type: none"> • Menunjukkan perilaku sportif selama bermain softball • Menunjukkan perilaku menerima kekalahan dan mengekspresikan kemenangan tidak berlebih • Memberikan saran perbaikan keterampilan kepada teman selama melakukan permainan • Memaparkan variasi dan kombinasi keterampilan gerak permainan bola basket secara sederhana berkelompok dengan menunjukkan kerjasama 			

Nama Sekolah : SMP N 1 Prambanan Klaten
 Kelas/Semester : VIII
 Kompetensi Inti :

1. Menghargai dan menghayati ajaran agama yang dianutnya
2. Menghargai dan menghayati perilaku jujur, disiplin, tanggung awab, peduli (toleransi, gotong royong), santun, percaya diri, dalam berinteraksi secara efektif dengan lingkungan social dan alam dalam jangkauan pergaulan dan keberadaannya.
3. Memahami dan menerapkan pengetahuan (faktual, konseptual, dan prosedural) berdasarkan rasa ingin tahunya tentang ilmu pengetahuan, teknologi, seni, budaya terkait fenomena dan kejadian tampak mata
4. Mengolah, menyaji, dan menalar dalam ranah konkret (menggunakan, mengurai, merangkai, memodifikasi, dan membuat) dan ranah abstrak (menulis, membaca, menghitung, menggambar, dan mengarang) sesuai dengan yang dipelajari di sekolah dan sumber lain yang sama dalam sudut pandang/teori.

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
1.1 Menghayati dan mengamalkan nilai-nilai agama yang dianut dalam melakukan aktivitas jasmani, permainan, dan olahraga, dicerminkan dengan: a. Pembiasaan perilaku berdoa sebelum dan sesudah pelajaran. b. Selalu berusaha secara maksimal dan tawakal dengan hasil akhir. c. Membiasakan berperilaku baik dalam berolahraga dan latihan. 2.1 Berperilaku sportif dalam bermain. 2.2 Bertanggung jawab dalam penggunaan sarana dan prasarana pembelajaran	Softball	Mengamati <ul style="list-style-type: none"> Berdoa sebelum dan setelah pelajaran Membaca informasi tentang variasi dan kombinasi keterampilan permainan softball/kasti (melempar, menangkap, berlari dan memukul bola) dan Mencari informasi tentang variasi dan kombinasi keterampilan permainan softball/kasti (melempar, menangkap, berlari dan memukul bola) dari berbagai sumber media cetak atau elektronik, atau Mengamati pertandingan bola basket secara langsung dan atau di TV/Video dan membuat catatan tentang variasi dan kombinasi keterampilan permainan softball/kasti (melempar, menangkap, berlari dan memukul bola) dan membuat catatan hasil pengamatan. Menanya <ul style="list-style-type: none"> Mempertanyakan tentang berbagai variasi dan 	Unjuk kerja: Untuk mengukur keterampilan gerak aspek psikomotor Observas: Untuk mengukur keterampilan gerak dan perilaku selama aktifitas Portofolio: Tulisan atau hasil kerja berupa kajian konsep dan prinsip permainan serta keterampilan gerak	18 JP	<ul style="list-style-type: none"> Glove Bola softball Stik Lapangan softball Peluit kapur Sumber: Buku Penjasorkes SMP Kelas VIII,

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
<p>serta menjaga keselamatan diri sendiri, orang lain, dan lingkungan sekitar.</p> <p>2.3 Menghargai perbedaan karakteristik individual dalam melakukan berbagai aktivitas fisik.</p> <p>2.4 Menunjukkan kemauan kerjasama dalam melakukan berbagai aktivitas fisik .</p> <p>2.5 Toleransi dan mau berbagi dengan teman dalam melakukan berbagai aktivitas fisik.</p> <p>2.6 Disiplin selama melakukan berbagai aktivitas fisik.</p> <p>2.7 Menerima kekalahan dan kemenangan dalam permainan.</p> <p>3.2 Memahami konsep variasi dan kombinasi keterampilan permainan bola kecil.</p> <p>4.2 mempraktikkan variasi dan kombinasi keterampilan berbagai permainan bola kecil dengan koordinasi yang baik.</p>		<p>kombinasi keterampilan permainan softball/kasti (melempar, menangkap, berlari dan memukul bola).</p> <ul style="list-style-type: none"> Mempertanyakan hubungan permainan softball/kasti dengan kesehatan dan otot-otot yang dominan bekerja dalam permainan bola voli Mempertanyakan apa yang terjadi dengan jantung, paru, dan peredaran darah selama melakukan permainan softball/kasti <p>Eksplorasi</p> <ul style="list-style-type: none"> Melemparkan bola dengan berbagai variasi ke menggunakan tangan kanan dan kiri ke berbagai arah dalam posisi di tempat dan bergerak secara individual dengan menunjukkan nilai percaya diri dan disiplin. Menangkap bola dari berbagai arah dengan berbagai variasi menggunakan satu atau dua tangan secara individual dengan menunjukkan nilai percaya diri dan disiplin. Berlari dengan berbagai variasi mengikuti signal secara individual dengan menunjukkan nilai percaya diri dan disiplin. Memukul bola yang dilambungkan sendiri menggunakan tangan kanan dan kiri secara individual dengan menunjukkan nilai percaya diri dan disiplin. Melempar dan menangkap bola dari berbagai arah dengan berbagai variasi menggunakan satu atau dua tangan secara berpasangan atau berkelompok dengan menunjukkan nilai 	<p>Tes: Prinsip dan konsep keterampilan gerak</p>		<ul style="list-style-type: none">

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
		<p>kerjasama, percaya diri, toleransi, dan disiplin</p> <ul style="list-style-type: none"> • Mendiskusikan kekuatan dan kelemahan yang sering dilakukan saat melakukan variasi dan kombinasi permainan softball/kasti (melempar, menangkap, berlari dan memukul bola) dengan benar dan membuat kesimpulannya. • Mendiskusikan bagaimana cara memperbaiki kesalahan-kesalahan yang sering dilakukan saat melakukan variasi dan kombinasi permainan softball/kasti (melempar, menangkap, berlari dan memukul bola) dengan benar dan membuat kesimpulannya. • Mendiskusikan dan membuat kesimpulan tentang keterampilan gerak permainan softball/kasti secara sederhana berkelompok dengan menunjukkan kerjasama <p>Mengasosiasi</p> <ul style="list-style-type: none"> • Menemukan pola variasi dan kombinasi permainan bola basket yang paling tepat untuk kebutuhan individual • Menemukan hubungan permainan bola basket dengan kesehatan dan kebugaran tubuh <p>Mengkomunikasikan</p> <ul style="list-style-type: none"> • Melakukan permainan soft-ball/kasti dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi dengan menerapkan variasi dan kombinasi teknik melempar, menangkap, dan memukul bola softball yang telah dipelajari dengan menunjukkan nilai-nilai sportif, bertanggungjawab, menghargai 			

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
		<p>perbedaan, kerja-sama, toleransi, dan disiplin.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Menunjukkan perilaku bertanggung jawab dalam menggunakan dan merawat peralatan permainan • Mau bermain dengan semua teman tanpa membeda-bedakan agama, suku, dan kemampuan • Disiplin mengikuti aturan yang disepakati • Menunjukkan perilaku sportif selama bermain softball • Menunjukkan perilaku menerima kekalahan dan mengekspresikan kemenangan tidak berlebih • Memberikan saran perbaikan keterampilan kepada teman selama melakukan permainan • Mendiskusikan dan membuat kesimpulan tentang keterampilan gerak permainan softball secara sederhana berkelompok dengan menunjukkan kerjasama 			
	Bulutangkis	<p>Mengamati</p> <ul style="list-style-type: none"> • Berdoa sebelum dan setelah pelajaran • Membaca informasi tentang variasi dan kombinasi keterampilan permainan bulutangkis (teknik pegangan raket, service, pergerakan kaki (footwork), pukulan (stroke), sikap berdiri (stance)) dan • Mencari informasi tentang variasi dan kombinasi keterampilan permainan bulutangkis (teknik pegangan raket, service, pergerakan kaki (footwork), pukulan (stroke), sikap berdiri (stance)) dan dari berbagai sumber media cetak atau elektronik, atau 			

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
		<ul style="list-style-type: none"> Mengamati pertandingan bulutangkis secara langsung dan atau di TV/Video dan membuat catatan tentang variasi dan kombinasi keterampilan permainan bulutangkis (teknik pegangan raket, service, pergerakan kaki (footwork), pukulan (stroke), sikap berdiri (stance)) dan dan membuat catatan hasil pengamatan. <p>Menanya</p> <ul style="list-style-type: none"> Mempertanyakan tentang berbagai variasi dan kombinasi keterampilan permainan bulutangkis (teknik pegangan raket, service, pergerakan kaki (footwork), pukulan (stroke), sikap berdiri (stance)) dan Mempertanyakan hubungan permainan bulutangkis dengan kesehatan dan otot-otot yang dominan bekerja dalam permainan bulutangkis Mempertanyakan jenis latihan untuk meningkatkan keterampilan permainan bulutangkis (teknik pegangan raket, service, pergerakan kaki (footwork), pukulan (stroke), sikap berdiri (stance)) <p>Eksplorasi</p> <ul style="list-style-type: none"> Memegang raket dengan berbagai variasi menggunakan tangan kanan dan tangan kiri secara individual dengan menunjukkan nilai percaya diri dan disiplin Melakukan servis dengan berbagai variasi menggunakan tangan kanan dan tangan kiri 			

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
		<p>secara berpasangan dengan menunjukkan nilai kerjasama, percaya diri dan disiplin</p> <ul style="list-style-type: none"> • Melakukan pergerakan kaki dengan berbagai variasi ke berbagai arah secara individual dengan menunjukkan nilai percaya diri dan disiplin • Memukul bola dengan berbagai variasi menggunakan tangan kanan dan tangan kiri dalam posisi diam dan bergerak secara berpasangan dengan menunjukkan nilai kerjasama, percaya diri dan disiplin • Melakukan berbagai sikap berdiri untuk menerima shuttlecock dengan berbagai variasi secara individual dengan menunjukkan nilai percaya diri dan disiplin • Mendiskusikan kekuatan dan kelemahan yang sering dilakukan saat melakukan variasi dan kombinasi permainan bulutangkis (teknik pegangan raket, service, pergerakan kaki (footwork), pukulan (stroke), sikap berdiri (stance)) dengan benar dan membuat kesimpulannya. • Mendiskusikan bagaimana cara memperbaiki kesalahan-kesalahan yang sering dilakukan saat melakukan variasi dan kombinasi permainan bulutangkis (teknik pegangan raket, service, pergerakan kaki (footwork), pukulan (stroke), sikap berdiri (stance)) dengan benar dan membuat kesimpulannya. • Mendiskusikan dan membuat kesimpulan tentang keterampilan gerak permainan bulutangkis secara sederhana berkelompok dengan 			

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
		<p>menunjukkan kerjasama</p> <p>Mengasosiasi</p> <ul style="list-style-type: none"> Menemukan pola variasi dan kombinasi permainan bulutangkis yang paling tepat untuk kebutuhan individual Menemukan hubungan permainan bola basket dengan kesehatan dan kebugaran tubuh <p>Mengkomunikasikan</p> <ul style="list-style-type: none"> Melakukan permainan bulutangkis dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi dengan menerapkan variasi dan kombinasi permainan bulutangkis (teknik pegangan raket, service, pergerakan kaki (footwork), pukulan (stroke), sikap berdiri (stance)) yang telah dipelajari dengan menunjukkan nilai sportif, bertanggungjawab, menghargai perbedaan, kerjasama, toleransi, disiplin dan menerima kekalahan dan mengekspresikan kemenangan secara wajar selama melakukan permainan. Menunjukkan perilaku bertanggung jawab dalam menggunakan dan merawat peralatan permainan Mau bermain dengan semua teman tanpa membedakan agama, suku, dan kemampuan Disiplin mengikuti aturan yang disepakati Menunjukkan perilaku sportif selama bermain Bulutangkis Menunjukkan perilaku menerima kekalahan dan mengekspresikan kemenangan tidak berlebih 			

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
		<ul style="list-style-type: none"> Memberikan saran perbaikan keterampilan kepada teman selama melakukan permainan Memaparkan variasi dan kombinasi permainan bulutangkis secara sederhana berkelompok dengan menunjukkan kerjasama 			
	Tenis Meja	<p>Mengamati</p> <ul style="list-style-type: none"> Berdoa sebelum dan setelah pelajaran Membaca informasi tentang variasi dan kombinasi keterampilan permainan tenis meja (teknik memegang bet, sikap siap sedia, teknik gerakan kaki (footwork), teknik pukulan (service, push, drive, block, chop) dan Mencari informasi tentang variasi dan kombinasi keterampilan permainan tenis meja (teknik memegang bet, sikap siap sedia, teknik gerakan kaki (footwork), teknik pukulan (service, push, drive, block, chop) dan dari berbagai sumber media cetak atau elektronik, atau Mengamati pertandingan tenis meja secara langsung dan atau di TV/Video dan membuat catatan tentang variasi dan kombinasi keterampilan permainan tenis meja (teknik memegang bet, sikap siap sedia, teknik gerakan kaki (footwork), teknik pukulan (service, push, drive, block, chop) dan membuat catatan hasil pengamatan. <p>Menanya</p> <ul style="list-style-type: none"> Mempertanyakan tentang berbagai variasi dan kombinasi keterampilan permainan tenis meja 	<p>Unjuk kerja: Untuk mengukur keterampilan gerak aspek psikomotor</p> <p>Observas: Untuk mengukur keterampilan gerak dan perilaku selama aktifitas</p> <p>Portofolio: Tulisan atau hasil kerja berupa kajian konsep dan prinsip permainan serta keterampilan gerak</p> <p>Tes: Prinsip dan konsep keterampilan gerak</p>		<ul style="list-style-type: none"> Raket Shuttlecock Lapangan bulutangkis Net/jarring bulutangkis Peluit kapur <p>Sumber: Buku Penjasorkes SMP</p> <ul style="list-style-type: none"> Bet/pemukul Bola ping-pong Meja ping-pong Net/jarring tenis meja Peluit <p>Sumber: Buku Penjasorkes SMP Kelas VIII,</p>

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
		<p>(teknik memegang bet, sikap siap sedia, teknik gerakan kaki (footwork), teknik pukulan (service, push, drive, block, chop) dan</p> <ul style="list-style-type: none"> • Mempertanyakan hubungan permainan bulutangkis dengan kesehatan dan otot-otot yang dominan bekerja dalam permainan bulutangkis • Mempertanyakan jenis latihan untuk meningkatkan keterampilan permainan tenis meja (teknik memegang bet, sikap siap sedia, teknik gerakan kaki (footwork), teknik pukulan (service, push, drive, block, chop) <p>Eksplorasi</p> <ul style="list-style-type: none"> • Memegang bet dengan berbagai variasi menggunakan tangan kanan dan kiri secara individual dengan menunjukkan nilai percaya diri dan disiplin. • Melakukan variasi dan kombinasi teknik pukulan forehand dan backhand secara berpasangan dan berkelompok dengan koordinasi yang baik dengan menunjukkan nilai kerjasama, disiplin, dan toleransi. • Melakukan variasi dan kombinasi teknik pukulan forehand, backhand, dan servis secara berpasangan dan berkelompok dengan koordinasi yang baik dengan menunjukkan nilai kerjasama, disiplin, dan toleransi. • Melakukan variasi dan kombinasi teknik pukulan forehand, backhand, servis, dan smesh secara berpasangan dan berkelompok dengan koordinasi yang baik dengan menunjukkan nilai 			

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
		<p>kerjasama, disiplin, dan toleransi</p> <p>Mengasosiasi</p> <ul style="list-style-type: none"> Menemukan pola variasi dan kombinasi permainan tenis meja yang paling tepat untuk kebutuhan individual Menemukan hubungan permainan tenis meja dengan kesehatan dan kebugaran tubuh <p>Mengkomunikasikan</p> <ul style="list-style-type: none"> Melakukan permainan tenis meja dengan menerapkan variasi dan kombinsi teknik pukulan forehand, backhand, servis, dan smesh dengan menunjukkan nilai sportif, bertanggungjawab, menghargai perbedaan, kerja-sama, toleransi, dan disiplin. Menunjukkan perilaku bertanggung jawab dalam menggunakan dan merawat peralatan permainan Mau bermain dengan semua teman tanpa membedakan agama, suku, dan kemampuan Disiplin mengikuti aturan yang disepakati Menunjukkan perilaku sportif selama bermain tenis meja Menunjukkan perilaku menerima kekalahan dan mengekspresikan kemenangan tidak berlebih Memberikan saran perbaikan keterampilan kepada teman selama melakukan permainan Mendiskusikan dan membuat kesimpulan tentang keterampilan gerak permainan tenis meja secara sederhana berkelompok dengan menunjukkan 			

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
		kerjasama			

Nama Sekolah : SMP N 1 Prambanan Klaten
 Kelas/Semester : VIII
 Kompetensi Inti :

1. Menghargai dan menghayati ajaran agama yang dianutnya.
2. Menghargai dan menghayati perilaku jujur, disiplin, tanggungjawab, peduli (toleransi, gotong royong), santun, percaya diri, dalam berinteraksi secara efektif dengan lingkungan sosial dan alam dalam jangkauan pergaulan dan keberadaannya.
3. Memahami dan **menerapkan** pengetahuan (faktual, konseptual, dan prosedural) berdasarkan rasa ingin tahunya tentang ilmu pengetahuan, teknologi, seni, budaya terkait fenomena dan kejadian tampak mata.
4. Mengolah, **menyaji**, dan **menalar** dalam ranah konkret (menggunakan, mengurai, merangkai, memodifikasi, dan membuat) dan ranah abstrak (menulis, membaca, menghitung, menggambar, dan mengarang) sesuai dengan yang dipelajari di sekolah dan sumber lain yang sama dalam sudut pandang/teori.

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
1.1 Menghayati dan mengamalkan nilai-nilai agama yang dianut dalam melakukan aktivitas jasmani, permainan, dan olahraga, dicerminkan dengan: a. Pembiasaan perilaku berdoa sebelum dan sesudah pelajaran. b. Selalu berusaha secara maksimal dan tawakal dengan hasil akhir. c. Membiasakan berperilaku baik dalam berolahraga dan latihan. 2.1 Berperilaku sportif dalam bermain. 2.2 Bertanggung jawab dalam penggunaan sarana dan	Jalan Cepat	Mengamati: <ul style="list-style-type: none"> Berdoa sebelum dan setelah pelajaran Membaca informasi tentang variasi dan kombinasi jalan cepat (teknik tumpuan, ayunan lengan, dan ayunan pinggang) dan Mencari informasi tentang variasi dan kombinasi (teknik tumpuan, ayunan lengan, dan ayunan pinggang) dari berbagai sumber media cetak atau elektronik, atau Mengamati perlombaan jalan cepat secara langsung dan atau di TV/Video dan membuat catatan tentang variasi dan kombinasi jalan cepat (teknik tumpuan, ayunan lengan, dan ayunan pinggang) dan membuat catatan hasil pengamatan. Menanya: <ul style="list-style-type: none"> Mempertanyakan tentang variasi dan kombinasi kombinasi jalan cepat, misalnya: apakah ayunan lengan mempengaruhi kecepatan dalam jalan 	Unjuk kerja: Untuk mengukur keterampilan gerak aspek psikomotor Observas: Untuk mengukur keterampilan gerak dan perilaku selama aktifitas Portofolio: Tulisan atau hasil kerja berupa kajian konsep dan prinsip permainan serta keterampilan gerak	9 JP	<ul style="list-style-type: none"> Lintasan/track atletik Tali pembatas Bendera start Peluit Sumber: Buku Penjasorkes SMP Kelas VIII,

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
<p>prasarana pembelajaran serta menjaga keselamatan diri sendiri, orang lain, dan lingkungan sekitar.</p> <p>2.3 Menghargai perbedaan karakteristik individual dalam melakukan berbagai aktivitas fisik.</p> <p>2.4 Menunjukkan kemauan kerjasama dalam melakukan berbagai aktivitas fisik .</p> <p>2.5 Toleransi dan mau berbagi dengan teman dalam melakukan berbagai aktivitas fisik.</p> <p>2.6 Disiplin selama melakukan berbagai aktivitas fisik.</p> <p>2.7 Menerima kekalahan dan kemenangan dalam permainan.</p> <p>3.3 Memahami konsep variasi dan kombinasi keterampilan salah satu nomor atletik (jalan cepat, lari, lompat, dan lempar).</p> <p>4.3 mempraktikkan variasi dan kombinasi keterampilan atletik (jalan cepat, lari, lompat, dan lempar) dengan koordinasi yang baik</p>		<p>cepat? bagaimana akibatnya bila mendarat dengan ujung jari kaki?,</p> <ul style="list-style-type: none"> • Peserta didik secara bergantian saling bertanya tentang manfaat jalan cepat terhadap kesehatan dan otot-otot yang dominan yang dipergunakan dalam jalan cepat. <p>Eksplorasi:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Berjalan simpang siur secara bersama-sama dengan menunjukkan nilai kerjasama, disiplin, dan toleransi. • Berjalan cepat dengan berbagai variasi secara individual, berpasangan, atau berkelompok dengan menunjukkan nilai kerjasama, disiplin, dan toleransi. • Berjalan cepat dengan berbagai variasi tumpuan secara individual, berpasangan, atau berkelompok dengan menunjukkan nilai kerjasama, disiplin, dan toleransi. • Berjalan cepat dengan berbagai variasi ayunan lengan secara individual, berpasangan, atau berkelompok dengan menunjukkan nilai kerjasama, disiplin, dan toleransi. • Berjalan cepat dengan berbagai variasi ayunan pinggang secara individual, berpasangan, atau berkelompok dengan menunjukkan nilai kerjasama, disiplin, dan toleransi. • Mendiskusikan variasi jalan cepat (teknik tumpuan, ayunan lengan, dan ayunan pinggang) dengan benar dan membuat kesimpulannya. • Mendiskusikan kekuatan dan kelemahan yang 	<p>Tes: Prinsip dan konsep keterampilan gerak</p>		

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
		<p>sering dilakukan saat melakukan variasi (teknik tumpuan, ayunan lengan, dan ayunan pinggang) dengan benar dan membuat kesimpulannya.</p> <ul style="list-style-type: none"> Mendiskusikan bagaimana cara memperbaiki kesalahan-kesalahan yang sering dilakukan saat melakukan variasi jalan cepat (teknik tumpuan, ayunan lengan, dan ayunan pinggang) dengan benar dan membuat kesimpulannya. <p>Mengasosiasi:</p> <ul style="list-style-type: none"> Menghubungkan berbagai informasi yang telah dipelajari dan menemukan variasi jalan cepat (teknik tumpuan, ayunan lengan, dan ayunan pinggang) yang benar. Menemukan hubungan olahraga jalan cepat dengan kesehatan dan kebugaran tubuh <p>Mengkomunikasikan</p> <ul style="list-style-type: none"> Melakukan perlombaan jalan cepat dengan menempuh jarak (400 m atau 800 m) dalam bentuk perlombaan dengan menekankan pada nilai-nilai sportif, ber-tanggungjawab, menghargai perbedaan, kerjasama, toleransi, disiplin dan menerima kekalahan dan mengekspresikan kemenangan secara wajar selama melakukan perlombaan. Menunjukkan perilaku bertanggung jawab dalam menggunakan dan merawat peralatan permainan Mau bermain dengan semua teman tanpa membedakan agama, suku, dan kemampuan 			

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
		<ul style="list-style-type: none"> • Disiplin mengikuti aturan yang disepakati • Menunjukkan perilaku sportif selama bermain • Menunjukkan perilaku menerima kekalahan dan mengekspresikan kemenangan tidak berlebih • Memberikan saran perbaikan keterampilan kepada teman selama melakukan permainan • Memaparkan variasi olahraga atletik jalan cepat secara sederhana berkelompok dengan menunjukkan kerjasama 			
	Lari Cepat	<p>Mengamati:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Berdoa sebelum dan setelah pelajaran • Membaca informasi tentang variasi dan kombinasi lari cepat (teknik tumpuan, ayunan lengan, dan ayunan pinggang) dan • Mencari informasi tentang variasi dan kombinasi lari cepat (teknik tumpuan, ayunan lengan, dan ayunan pinggang) dari berbagai sumber media cetak atau elektronik, atau • Mengamati perlombaan lari cepat secara langsung dan atau di TV/Video dan membuat catatan tentang variasi dan kombinasi lari cepat (teknik tumpuan, ayunan lengan, dan ayunan pinggang) dan membuat catatan hasil pengamatan. <p>Menanya:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Mempertanyakan tentang variasi dan kombinasi kombinasi lari cepat, misalnya: apakah ayunan lengan mempengaruhi kecepatan dalam lari cepat? bagaimana akibatnya bila mendarat 			

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
		<p>dengan ujung jari kaki?,</p> <ul style="list-style-type: none"> • Mempertanyakan manfaat lari cepat terhadap kesehatan dan otot-otot yang dominan yang dipergunakan dalam jalan cepat. • Mempertanyakan pengaruh olahraga lari cepat terhadap jantung, paru, dan peredaran darah <p>Eksplorasi</p> <ul style="list-style-type: none"> • Melakukan variasi dan kombinasi teknik gerakan start lari jarak pendek secara perseorangan, berpasangan dan berkelompok dengan koordinasi yang baik. • Melakukan variasi dan kombinasi teknik gerakan start, langkah kaki dan ayunan lengan lari jarak pendek secara perseorangan, berpasangan dan ber-kelompok dengan koordinasi yang baik. • Melakukan variasi dan kombinasi teknik gerakan start, langkah kaki, ayunan lengan, dan memasuki garis finish secara perseorangan, berpasangan dan ber-kelompok dengan koordinasi yang baik. • Mendiskusikan variasi lari cepat (teknik tumpuan, ayunan lengan, dan ayunan pinggang) dengan benar dan membuat kesimpulannya. • Mendiskusikan kekuatan dan kelemahan yang sering dilakukan saat melakukan variasi lari cepat (teknik tumpuan, ayunan lengan, dan ayunan pinggang) dengan benar dan membuat kesimpulannya. • Mendiskusikan bagaimana cara memperbaiki kesalahan-kesalahan yang sering dilakukan saat 			

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
		<p>melakukan variasi lari cepat (teknik tumpuan, ayunan lengan, dan ayunan pinggang) dengan benar dan membuat kesimpulannya.</p> <p>Asosiasi</p> <ul style="list-style-type: none"> • Menghubungkan berbagai informasi yang telah dipelajari dan menemukan variasi lari cepat (teknik tumpuan, ayunan lengan, dan ayunan pinggang) yang benar. • Menemukan hubungan olahraga lari cepat dengan kesehatan dan kebugaran tubuh • Menemukan hubungan olahraga lari cepat dengan jantung, paru, dan peredaran darah. <p>Mengkomunikasikan</p> <ul style="list-style-type: none"> • Melakukan perlombaan lari jarak pendek menempuh jarak (50 m atau 100 m) dalam bentuk perlombaan dengan menekankan pada nilai-nilai sportif, ber-tanggungjawab, menghargai perbedaan, kerjasama, toleransi, disiplin dan menerima kekalahan dan mengekspresikan kemenangan secara wajar selama melakukan perlombaan. • Menunjukkan perilaku bertanggung jawab dalam menggunakan dan merawat peralatan permainan • Mau bermain dengan semua teman tanpa membedakan agama, suku, dan kemampuan • Disiplin mengikuti aturan yang disepakati • Menunjukkan perilaku sportif selama bermain • Menunjukkan perilaku menerima kekalahan dan 			

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
		<p>mengekspresikan kemenangan tidak berlebih</p> <ul style="list-style-type: none"> Memberikan saran perbaikan keterampilan kepada teman selama melakukan permainan Memaparkan tentang olahraga atletik lari cepat secara sederhana berkelompok dengan menunjukkan kerjasama 			
	Lompat Jauh	<p>Mengamati:</p> <ul style="list-style-type: none"> Berdoa sebelum dan setelah pelajaran Membaca informasi tentang variasi dan kombinasi gerak lompat jauh (awalan, tolakan, melayang di udara, dan mendarat) dan Mencari informasi tentang variasi dan kombinasi gerak lompat jauh (awalan, tolakan, melayang di udara, dan mendarat) dari berbagai sumber media cetak atau elektronik, atau Mengamati perlombaan lompat jauh secara langsung dan atau di TV/Video dan membuat catatan tentang variasi dan kombinasi gerak lompat jauh (awalan, tolakan, melayang di udara, dan mendarat) dan membuat catatan hasil pengamatan. <p>Menanya:</p> <ul style="list-style-type: none"> Peserta didik secara bergantian saling bertanya tentang variasi dan kombinasi gerak lompat jauh, misalnya : apakah awalan mempengaruhi jauhnya lompatan? Apakah tolakan mempengaruhi jauhnya lompatan? Apakah posisi tubuh saat di udara mempengaruhi jauhnya lompatan? bagaimana akibatnya bila mendarat 	<p>Unjuk kerja: Untuk mengukur keterampilan gerak aspek psikomotor</p> <p>Observas: Untuk mengukur keterampilan gerak dan perilaku selama aktifitas</p> <p>Portofolio: Tulisan atau hasil kerja berupa kajian konsep dan prinsip permainan serta keterampilan gerak</p> <p>Tes: Prinsip dan konsep keterampilan</p>		

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
		<p>lutut tidak mengeper?, bagaimana reaksi jantung dan paru selama melakukan aktivitas lari cepat?</p> <ul style="list-style-type: none"> • Peserta didik secara bergantian saling bertanya tentang manfaat lompat jauh terhadap kesehatan dan otot-otot yang dominan yang dipergunakan dalam lari cepat. <p>Eksplorasi:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Melompat ke berbagai arah tanpa awalan dengan menunjukkan nilai disiplin • Melompat ke depan dengan berbagai jenis tumpuan dengan menunjukkan nilai disiplin • Melompat ke depan dengan berbagai jenis awalan dengan menunjukkan nilai disiplin • Mendarat dengan berbagai jenis pendaratan • Melayang di udara dengan berbagai posisi badan • Mendiskusikan setiap gerak lompat jauh (awalan, tolakan, melayang di udara, dan mendarat) dengan benar dan membuat kesimpulannya. • Mendiskusikan kekuatan dan kelemahan yang sering dilakukan saat melakukan lompat jauh (awalan, tolakan, melayang di udara, dan mendarat) dengan benar dan membuat kesimpulannya. • Mendiskusikan bagaimana cara memperbaiki kesalahan-kesalahan yang sering dilakukan saat melakukan lompat jauh (awalan, tolakan, melayang di udara, dan mendarat) dengan benar dan membuat kesimpulannya. <p>Mengasosiasi:</p>	gerak		

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
		<ul style="list-style-type: none"> Menghubungkan berbagai informasi yang telah dipelajari dan menemukan lompat jauh (awalan, tolakan, melayang di udara, dan mendarat) dan menemukan pola yang tepat untuk melakukan lompat jauh. <p>Mengkomunikasikan :</p> <ul style="list-style-type: none"> Melakukan perlombaan lompat jauh dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi dengan menerapkan gerak fundamental lompat jauh (awalan, tolakan, melayang di udara, dan mendarat serta menunjukkan sportif, kerjasama, bertanggung jawab, menghargai perbedaan, disiplin, dan toleransi selama bermain. Menunjukkan perilaku bertanggung jawab dalam menggunakan dan merawat peralatan permainan Menunjukkan perilaku menerima kekalahan dan mengekspresikan kemenangan tidak berlebih Memberikan saran perbaikan keterampilan kepada teman selama melakukan permainan Memaparkan hasil diskusi berkaitan dengan tentang keterampilan gerak jalan cepat dengan menunjukkan kerjasama <p>Mengkomunikasikan</p> <ul style="list-style-type: none"> Melakukan perlombaan lompat jauh dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi dengan menekankan pada nilai-nilai sportif, bertanggungjawab, menghargai perbedaan, kerjasama, toleransi, disiplin dan menerima kekalahan 			

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
		<p>dan mengekspresikan kemenangan-an secara wajar selama melakukan perlombaan.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Menunjukkan perilaku bertanggung jawab dalam menggunakan dan merawat peralatan permainan • Mau bermain dengan semua teman tanpa membedakan agama, suku, dan kemampuan • Disiplin mengikuti aturan yang disepakati • Menunjukkan perilaku sportif selama bermain • Menunjukkan perilaku menerima kekalahan dan mengekspresikan kemenangan tidak berlebih • Memberikan saran perbaikan keterampilan kepada teman selama melakukan permainan • Mendiskusikan dan membuat kesimpulan tentang olahraga atletik lompat jauh secara sederhana berkelompok dengan menunjukkan kerjasama 			
	Tolak Peluru	<p>Mengamati</p> <ul style="list-style-type: none"> • Berdoa sebelum dan setelah pelajaran • Membaca informasi tentang variasi dan kombinasi gerak tolak peluru (awalan, menolakan peluru, lepasnya peluru dan menjaga keseimbangan) dan • Mencari informasi tentang variasi dan kombinasi gerak tolak peluru (awalan, menolakan peluru, lepasnya peluru dan menjaga keseimbangan) dari berbagai sumber media cetak atau elektronik, atau • Mengamati perlombaan tolak peluru secara langsung dan atau di TV/Video dan membuat 	<p>Unjuk kerja: Untuk mengukur keterampilan gerak aspek psikomotor</p> <p>Observasi: Untuk mengukur keterampilan gerak dan perilaku selama aktifitas</p> <p>Portofolio: Tulisan atau hasil</p>		

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
		<p>catatan tentang variasi dan kombinasi gerak tolak peluru (awalan, menolak peluru, lepasnya peluru dan menjaga keseimbangan) dan membuat catatan hasil pengamatan.</p> <p>Menanya</p> <ul style="list-style-type: none"> Mempertanyakan variasi dan kombinasi gerak tolak perluar (awalan, menolak peluru, lepasnya peluru dan menjaga keseimbangan) <p>Eksplorasi</p> <ul style="list-style-type: none"> Melakukan variasi dan kombinasi teknik gerakan awalan dan menolak peluru secara perseorangan, ber-pasangan dan berkelompok dengan koordinasi yang baik. Melakukan variasi dan kombinasi teknik gerakan awalan, menolak peluru, dan lepasnya peluru secara perseorangan, berpasangan dan berkelompok dengan koordinasi yang baik. Melakukan variasi dan kombinasi teknik gerakan awalan, menolak peluru, lepasnya peluru dan menjaga keseimbangan secara perseorangan, berpasangan dan berkelompok dengan koordinasi yang baik. <p>Mengkomunikasikan</p> <ul style="list-style-type: none"> Melakukan perlombaan tolak peluru dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi dengan menekankan pada nilai-nilai sportif, bertanggungjawab, menghargai perbedaan, kerjasama, toleransi, disiplin dan menerima 	<p>kerja berupa kajian konsep dan prinsip permainan serta keterampilan gerak</p> <p>Tes: Prinsip dan konsep keterampilan gerak</p>		

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
		<p>kekalahan dan mengekspresikan kemenangan secara wajar selama melakukan perlombaan.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Menunjukkan perilaku bertanggung jawab dalam menggunakan dan merawat peralatan permainan • Mau bermain dengan semua teman tanpa membedakan agama, suku, dan kemampuan • Disiplin mengikuti aturan yang disepakati • Menunjukkan perilaku sportif selama bermain • Menunjukkan perilaku menerima kekalahan dan mengekspresikan kemenangan tidak berlebih • Memberikan saran perbaikan keterampilan kepada teman selama melakukan permainan • Mendiskusikan dan membuat kesimpulan tentang olahraga atletik tolak peluru secara sederhana berkelompok dengan menunjukkan kerjasama 			

Nama Sekolah : SMP N 1 Prambanan Klaten
 Kelas/Semester : VIII
 Kompetensi Inti :

1. Menghargai dan menghayati ajaran agama yang dianutnya.
2. Menghargai dan menghayati perilaku jujur, disiplin, tanggungjawab, peduli (toleransi, gotong royong), santun, percaya diri, dalam berinteraksi secara efektif dengan lingkungan sosial dan alam dalam jangkauan pergaulan dan keberadaannya.
3. Memahami dan **menerapkan** pengetahuan (faktual, konseptual, dan prosedural) berdasarkan rasa ingin tahunya tentang ilmu pengetahuan, teknologi, seni, budaya terkait fenomena dan kejadian tampak mata.
4. Mengolah, **menyaji**, dan **menalar** dalam ranah konkret (menggunakan, mengurai, merangkai, memodifikasi, dan membuat) dan ranah abstrak (menulis, membaca, menghitung, menggambar, dan mengarang) sesuai dengan yang dipelajari di sekolah dan sumber lain yang sama dalam sudut pandang/teori.

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
1.1 Menghayati dan mengamalkan nilai-nilai agama yang dianut dalam melakukan aktivitas jasmani, permainan, dan olahraga, dicerminkan dengan: a. Pembiasaan perilaku berdoa sebelum dan sesudah pelajaran. b. Selalu berusaha secara maksimal dan tawakal dengan hasil akhir. c. Membiasakan berperilaku baik dalam berolahraga dan latihan. 2.1 Berperilaku sportif dalam bermain. 2.2 Bertanggung jawab dalam penggunaan sarana dan	Beladiri (Pencak Silat)	Mengamati: <ul style="list-style-type: none"> • Berdoa sebelum dan setelah pelajaran • Membaca informasi tentang variasi dan kombinasi pencak silat (kuda-kuda, pola langkah, pukulan, tendangan, dan elakan) dan • Mencari informasi lain tentang variasi dan kombinasi pencak silat (kuda-kuda, pola langkah, pukulan, tendangan, dan elakan) dari berbagai sumber media cetak atau elektronik, atau • Mengamati pertandingan pecak silat secara langsung dan atau di TV/Video dan membuat catatan tentang variasi dan kombinasi pencak silat (kuda-kuda, pola langkah, pukulan, tendangan, dan elakan) dan membuat catatan hasil pengamatan. Menanya: <ul style="list-style-type: none"> • Mempertanyakan gerak variasi dan kombinasi pencak silat (kuda-kuda, pola langkah, pukulan, 	Unjuk kerja: Untuk mengukur keterampilan gerak aspek psikomotor Observas: Untuk mengukur keterampilan gerak dan perilaku selama aktifitas Portofolio: Tulisan atau hasil kerja berupa kajian konsep dan prinsip permainan serta keterampilan	6 JP	<ul style="list-style-type: none"> • Ruangan atau halaman sekolah • Arena pencak silat • Goong • Peluit • Sumber: Buku Penjasorkes SMP Kelas VIII, Tim Puskurbuk Kemdikbud, Jakarta: Puskurbuk Kemdikbud.

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
<p>prasarana pembelajaran serta menjaga keselamatan diri sendiri, orang lain, dan lingkungan sekitar.</p> <p>2.3 Menghargai perbedaan karakteristik individual dalam melakukan berbagai aktivitas fisik.</p> <p>2.4 Menunjukkan kemauan kerjasama dalam melakukan berbagai aktivitas fisik .</p> <p>2.5 Toleransi dan mau berbagi dengan teman dalam melakukan berbagai aktivitas fisik.</p> <p>2.6 Disiplin selama melakukan berbagai aktivitas fisik.</p> <p>2.7 Menerima kekalahan dan kemenangan dalam permainan.</p> <p>3.4 Memahami konsep variasi dan kombinasi keterampilan olahraga beladiri.</p> <p>4.4 mempraktikkan variasi dan kombinasi keterampilan olahraga beladiri</p>		<p>tendangan, dan elakan), misalnya : apakah jenis kuda-kuda dalam silat mempengaruhi keseimbangan? Apakah posisi togok mempengaruhi pukulan dan tendangan silat?</p> <ul style="list-style-type: none"> Mempertanyakan manfaat olahraga beladiri silat terhadap kesehatan dan otot-otot yang dominan bekerja dalam olahraga silat. <p>Eksplorasi:</p> <ul style="list-style-type: none"> Melakukan berbagai variasi dan kombinasi gerak kuda-kuda (kuda-kuda depan, belakang, samping, dan silang) dalam olahraga silat dengan menunjukkan nilai percaya diri dan disiplin Melakukan berbagai variasi dan kombinasi gerak pola melangkah (lurus, zigzag, huruf U, segitiga, segi empat, dan huruf S) dalam olahraga silat dengan menunjukkan nilai percaya diri dan disiplin Melakukan berbagai variasi dan kombinasi gerak memukul (depan, samping, dan bandunl) dalam olahraga silat dengan menunjukkan nilai percaya diri dan disiplin Melakukan berbagai variasi dan kombinasi gerak menendang (depan, samping, dan huruf T) dalam olahraga silat dengan menunjukkan nilai percaya diri dan disiplin Melakukan berbagai variasi dan kombinasi gerak elakan/tangkisan (luar, dalam, atas, dan bawah) dalam olahraga silat dengan menunjukkan nilai percaya diri dan disiplin 	<p>gerak</p> <p>Tes: Prinsip dan konsep keterampilan gerak</p>		

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
		<p>Mengasosiasi:</p> <ul style="list-style-type: none"> Menghubungkan berbagai informasi yang telah dipelajari dan menemukan variasi dan kombinasi gerak pencak silat (kuda-kuda, pola langkah, pukulan, tendangan, dan elakan) dan menemukan pola yang tepat untuk melakukan lompat jauh. Mencari hubungan jenis kuda-kuda dengan keseimbangan Mencari hubungan jenis pukulan dan tendangan dan jenis elakan <p>Mengkomunikasikan :</p> <ul style="list-style-type: none"> Melakukan pertandingan pencak silat dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi dengan menerapkan gerak fundamental pencak silat (kuda-kuda, pola langkah, pukulan, tendangan, dan elakan) serta menunjukkan sportif, kerjasama, bertanggung jawab, menghargai perbedaan, disiplin, dan toleransi selama bermain. Menunjukkan perilaku bertanggung jawab dalam menggunakan dan merawat peralatan peramaian Menunjukkan perilaku menerima kekalahan dan mengekspresikan kemenangan tidak berlebihan Memberikan saran perbaikan keterampilan kepada teman selama melakukan permainan Memaparkan hasil diskusi berkaitan dengan tentang keterampilan gerak jalan cepat dengan menunjukkan kerjasama 			

Nama Sekolah : SMP N 1 Prambanan Klaten
 Kelas/Semester : VIII
 Kompetensi Inti :

1. Menghargai dan menghayati ajaran agama yang dianutnya.
2. Menghargai dan menghayati perilaku jujur, disiplin, tanggungjawab, peduli (toleransi, gotong royong), santun, percaya diri, dalam berinteraksi secara efektif dengan lingkungan sosial dan alam dalam jangkauan pergaulan dan keberadaannya.
3. Memahami dan **menerapkan** pengetahuan (faktual, konseptual, dan prosedural) berdasarkan rasa ingin tahunya tentang ilmu pengetahuan, teknologi, seni, budaya terkait fenomena dan kejadian tampak mata.
4. Mengolah, **menyaji**, dan **menalar** dalam ranah konkret (menggunakan, mengurai, merangkai, memodifikasi, dan membuat) dan ranah abstrak (menulis, membaca, menghitung, menggambar, dan mengarang) sesuai dengan yang dipelajari di sekolah dan sumber lain yang sama dalam sudut pandang/teori.

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
1.1 Menghayati dan mengamalkan nilai-nilai agama yang dianut dalam melakukan aktivitas jasmani, permainan, dan olahraga, dicerminkan dengan: a. Pembiasaan perilaku berdoa sebelum dan sesudah pelajaran. b. Selalu berusaha secara maksimal dan tawakal dengan hasil akhir. c. Membiasakan berperilaku baik dalam berolahraga dan latihan. 2.1 Berperilaku sportif dalam bermain. 2.2 Bertanggung jawab dalam penggunaan sarana dan prasarana pembelajaran	Senam Lantai	Mengamati <ul style="list-style-type: none"> • Berdoa sebelum dan setelah pelajaran • Membaca informasi tentang konsep variasi dan kombinasi keterampilan dasar senam lantai dalam bentuk rangkaian sederhana dan • Mencari informasi lain tentang konsep variasi dan kombinasi keterampilan dasar senam lantai dalam bentuk rangkaian sederhana dari berbagai sumber media cetak dan elektronika, atau • Mengamati perlombaan senam secara langsung dan atau di TV/Video dan membuat catatan tentang konsep variasi dan kombinasi keterampilan dasar senam lantai dalam bentuk rangkaian sederhana dan membuat catatan hasil pengamatan. Menanya <ul style="list-style-type: none"> • Mempertanyakan konsep variasi dan kombinasi keterampilan dasar senam lantai dalam bentuk rangkaian sederhana dengan menunjukkan nilai 	Unjuk kerja: Untuk mengukur keterampilan gerak aspek psikomotor Observasi: Untuk mengukur keterampilan gerak dan perilaku selama aktifitas Portofolio: Tulisan atau hasil kerja berupa kajian konsep dan prinsip permainan serta keterampilan	9 JP	<ul style="list-style-type: none"> • Lapangan • Matras senam • Peluit • Sumber: Buku Penjasorkes SMP Kelas VIII.

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
<p>serta menjaga keselamatan diri sendiri, orang lain, dan lingkungan sekitar.</p> <p>2.3 Menghargai perbedaan karakteristik individual dalam melakukan berbagai aktivitas fisik.</p> <p>2.4 Menunjukkan kemauan kerjasama dalam melakukan berbagai aktivitas fisik .</p> <p>2.5 Toleransi dan mau berbagi dengan teman dalam melakukan berbagai aktivitas fisik.</p> <p>2.6 Disiplin selama melakukan berbagai aktivitas fisik.</p> <p>2.7 Menerima kekalahan dan kemenangan dalam permainan.</p> <p>3.5 Memahami konsep variasi dan kombinasi keterampilan dasar senam lantai dalam bentuk rangkaian sederhana</p> <p>4.5 mempraktikkan variasi dan kombinasi keterampilan dasar senam lantai dalam bentuk rangkaian sederhana</p>		<p>kerjasama dan toleransi</p> <p>Eksplorasi</p> <ul style="list-style-type: none"> Melakukan gerakan rangkaian guling depan dan guling belakang secara perseorangan dan berkelompok dengan koordinasi yang baik. Melakukan gerakan rangkaian berdiri dengan kedua tangan/handstand, guling depan dan guling belakang secara perseorangan dan berkelompok dengan koordinasi yang baik. Melakukan gerakan rangkaian berdiri dengan kedua tangan/ handstand, kayang, guling depan dan guling belakang secara perseorangan dan ber-kelompok dengan koordinasi yang baik. Melakukan rangkaian gerakan sikap lilin, kayang, guling depan dan guling belakang secara perseorangan dan berkelompok dengan koordinasi yang baik. <p>Mengasosiasi</p> <ul style="list-style-type: none"> Menemukan kesalahan-kesalahan yang sering terjadi dalam variasi dan kombinasi keterampilan dasar senam lantai dalam bentuk rangkaian sederhana <p>Mengkomunikasikan</p> <ul style="list-style-type: none"> Melakukan rangkaian gerakan sikap lilin, kayang, berdiri dengan kepala, berdiri dengan kedua tangan, guling ke depan dan guling ke belakang dalam bentuk perlombaan dengan menekankan 	<p>gerak</p> <p>Tes: Prinsip dan konsep keterampilan gerak</p>		

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
		<p>pada nilai-nilai sportif, bertanggung jawab, menghargai perbedaan, kerjasama, toleransi, disiplin dan menerima kekalahan dan mengekspresikan kemenangan secara wajar selama melakukan pertandingan.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Menunjukkan perilaku bertanggung jawab dalam menggunakan dan merawat peralatan permainan • Mau bermain dengan semua teman tanpa membedakan agama, suku, dan kemampuan • Disiplin mengikuti aturan yang disepakati • Menunjukkan perilaku sportif selama bermain • Menunjukkan perilaku menerima kekalahan dan mengekspresikan kemenangan tidak berlebihan • Memberikan saran perbaikan keterampilan kepada teman selama melakukan permainan • Mendiskusikan dan membuat kesimpulan tentang olahraga senam lantai secara sederhana berkelompok dengan menunjukkan kerjasama 			

Nama Sekolah : SMP N 1 Prambanan Klaten
 Kelas/Semester : VIII
 Kompetensi Inti :

1. Menghargai dan menghayati ajaran agama yang dianutnya.
2. Menghargai dan menghayati perilaku jujur, disiplin, tanggungjawab, peduli (toleransi, gotong royong), santun, percaya diri, dalam berinteraksi secara efektif dengan lingkungan sosial dan alam dalam jangkauan pergaulan dan keberadaannya.
3. Memahami dan **menerapkan** pengetahuan (faktual, konseptual, dan prosedural) berdasarkan rasa ingin tahunya tentang ilmu pengetahuan, teknologi, seni, budaya terkait fenomena dan kejadian tampak mata.
4. Mengolah, **menyaji**, dan **menalar** dalam ranah konkret (menggunakan, mengurai, merangkai, memodifikasi, dan membuat) dan ranah abstrak (menulis, membaca, menghitung, menggambar, dan mengarang) sesuai dengan yang dipelajari di sekolah dan sumber lain yang sama dalam sudut pandang/teori.

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
1.1 Menghayati dan mengamalkan nilai-nilai agama yang dianut dalam melakukan aktivitas jasmani, permainan, dan olahraga, dicerminkan dengan: a. Pembiasaan perilaku berdoa sebelum dan sesudah pelajaran. b. Selalu berusaha secara maksimal dan tawakal dengan hasil akhir. c. Membiasakan berperilaku baik dalam berolahraga dan latihan. 2.1 Berperilaku sportif dalam bermain. 2.2 Bertanggung jawab dalam penggunaan sarana dan prasarana pembelajaran	Aktivitas Berirama	Mengamati <ul style="list-style-type: none"> • Berdoa sebelum dan setelah pelajaran • Membaca informasi tentang konsep variasi keterampilan dasar aktivitas gerak ritmik dalam bentuk rangkaian sederhana dan • Mencari informasi lain tentang konsep variasi keterampilan dasar aktivitas gerak ritmik dalam bentuk rangkaian sederhana dari berbagai sumber media cetak dan elektronika. Menanya <ul style="list-style-type: none"> • Mempertanyakan berbagai konsep variasi keterampilan dasar aktivitas gerak ritmik dalam bentuk rangkaian sederhana Eksplorasi <ul style="list-style-type: none"> • Melakukan variasi gerakan langkah kaki pada aktivitas berirama tanpa menggunakan alat secara perseorangan dan ber-kelompok dengan koordinasi yang baik. 	Unjuk kerja: Untuk mengukur keterampilan gerak aspek psikomotor Observasi: Untuk mengukur keterampilan gerak dan perilaku selama aktifitas Portofolio: Tulisan atau hasil kerja berupa kajian konsep dan prinsip permainan serta keterampilan	15 JP	<ul style="list-style-type: none"> • Lapangan • Tipe recorder • Kaset senam ritmik • Peluit • Sumber: Buku Penjasorkes SMP Kelas VIII.

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
<p>serta menjaga keselamatan diri sendiri, orang lain, dan lingkungan sekitar.</p> <p>2.3 Menghargai perbedaan karakteristik individual dalam melakukan berbagai aktivitas fisik.</p> <p>2.4 Menunjukkan kemauan kerjasama dalam melakukan berbagai aktivitas fisik .</p> <p>2.5 Toleransi dan mau berbagi dengan teman dalam melakukan berbagai aktivitas fisik.</p> <p>2.6 Disiplin selama melakukan berbagai aktivitas fisik.</p> <p>2.7 Menerima kekalahan dan kemenangan dalam permainan.</p> <p>3.6 Memahami konsep variasi keterampilan dasar aktivitas gerak ritmik dalam bentuk rangkaian sederhana</p> <p>4.6 mempraktikkan variasi keterampilan dasar aktivitas gerak ritmik dalam bentuk rangkaian sederhana</p>		<ul style="list-style-type: none"> Melakukan variasi gerakan ayunan lengan pada aktivitas berirama tanpa menggunakan alat secara perseorangan dan berkelompok dengan koordinasi yang baik. Melakukan variasi gerakan langkah kaki dan ayunan lengan pada aktivitas berirama tanpa menggunakan alat secara perseorangan dan berkelompok dengan koordinasi yang baik. <p>Mengkomunikasikan</p> <ul style="list-style-type: none"> Melakukan pertandingan senam berirama tanpa menggunakan alat (senam poco-poco, cha-cha, dll) dengan menekankan pada nilai-nilai sportif, ber-tanggungjawab, menghargai perbedaan, kerjasama, toleransi, disiplin dan menerima kekalahan dan mengekspresikan kemenangan-an secara wajar selama melakukan pertandingan. Menunjukkan perilaku bertanggung jawab dalam menggunakan dan merawat peralatan permainan Mau bermain dengan semua teman tanpa membedakan agama, suku, dan kemampuan Disiplin mengikuti aturan yang disepakati Menunjukkan perilaku sportif selama bermain Menunjukkan perilaku menerima kekalahan dan mengekspresikan kemenangan tidak berlebih Memberikan saran perbaikan keterampilan kepada teman selama melakukan permainan Mendiskusikan dan membuat kesimpulan tentang senam irama secara sederhana 	<p>gerak</p> <p>Tes: Prinsip dan konsep keterampilan gerak</p>		

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
		berkelompok dengan menunjukkan kerjasama			

Nama Sekolah : SMP N 1 Prambanan Klaten
 Kelas/Semester : VIII
 Kompetensi Inti :

1. Menghargai dan menghayati ajaran agama yang dianutnya.
2. Menghargai dan menghayati perilaku jujur, disiplin, tanggungjawab, peduli (toleransi, gotong royong), santun, percaya diri, dalam berinteraksi secara efektif dengan lingkungan sosial dan alam dalam jangkauan pergaulan dan keberadaannya.
3. Memahami dan **menerapkan** pengetahuan (faktual, konseptual, dan prosedural) berdasarkan rasa ingin tahunya tentang ilmu pengetahuan, teknologi, seni, budaya terkait fenomena dan kejadian tampak mata.
4. Mengolah, **menyaji**, dan **menalar** dalam ranah konkret (menggunakan, mengurai, merangkai, memodifikasi, dan membuat) dan ranah abstrak (menulis, membaca, menghitung, menggambar, dan mengarang) sesuai dengan yang dipelajari di sekolah dan sumber lain yang sama dalam sudut pandang/teori.

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
1.1 Menghayati dan mengamalkan nilai-nilai agama yang dianut dalam melakukan aktivitas jasmani, permainan, dan olahraga, dicerminkan dengan: a. Pembiasaan perilaku berdoa sebelum dan sesudah pelajaran. b. Selalu berusaha secara maksimal dan tawakal dengan hasil akhir. c. Membiasakan berperilaku baik dalam berolahraga dan latihan. 2.1 Berperilaku sportif dalam bermain. 2.2 Bertanggung jawab dalam penggunaan sarana dan prasarana pembelajaran	Aktivitas Kebugaran	Mengamati <ul style="list-style-type: none"> • Berdoa sebelum dan setelah pelajaran • Membaca informasi tentang konsep latihan peningkatan derajat kebugaran jasmani yang terkait dengan kesehatan dan keterampilan, serta pengukuran dan • Mencari informasi lain tentang konsep latihan peningkatan derajat kebugaran jasmani yang terkait dengan kesehatan dan keterampilan, serta pengukuran dari berbagai sumber media cetak dan elektronika. Menanya <ul style="list-style-type: none"> • Mempertanyakan berbagai konsep latihan peningkatan derajat kebugaran jasmani yang terkait dengan kesehatan dan keterampilan, serta pengukuran Eksplorasi <ul style="list-style-type: none"> • Melakukan latihan kekuatan (kekuatan otot 	Unjuk kerja: Untuk mengukur keterampilan gerak aspek psikomotor Observasi: Untuk mengukur keterampilan gerak dan perilaku selama aktifitas Portofolio: Tulisan atau hasil kerja berupa kajian konsep dan prinsip permainan serta keterampilan	6 JP	<ul style="list-style-type: none"> • Lapangan • Palang tunggal • Matras senam • Formulir tes • Peluit • Sumber: Buku Penjasorkes SMP Kelas VIII.

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
<p>serta menjaga keselamatan diri sendiri, orang lain, dan lingkungan sekitar.</p> <p>2.3 Menghargai perbedaan karakteristik individual dalam melakukan berbagai aktivitas fisik.</p> <p>2.4 Menunjukkan kemauan kerjasama dalam melakukan berbagai aktivitas fisik .</p> <p>2.5 Toleransi dan mau berbagi dengan teman dalam melakukan berbagai aktivitas fisik.</p> <p>2.6 Disiplin selama melakukan berbagai aktivitas fisik.</p> <p>2.7 Menerima kekalahan dan kemenangan dalam permainan.</p> <p>3.7 Memahami konsep latihan peningkatan derajat kebugaran jasmani yang terkait dengan kesehatan dan keterampilan, serta pengukuran hasilnya</p> <p>4.7 Mempraktikkan latihan peningkatan derajat kebugaran jasmani yang terkait dengan kesehatan dan keterampilan, serta pengukuran hasilnya</p>		<p>lengan, otot perut, otot punggung, otot lengan dan bahu) secara perseorangan, berpasangan dan berkelompok dengan koordinasi yang baik.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Melakukan latihan kelincuhan (shuttle run, lari belak-belok/zig-zag, dan squat-thrust) secara perseorangan, berpasangan dan ber-kelompok dengan koordinasi yang baik. • Melakukan latihan kecepatan (lari cepat jarak 40-60 m, lari naik bukit, lari menuruni bukit dan lari menaiki tangga gedung) secara perseorangan, berpasangan dan ber-kelompok dengan koordinasi yang baik. • Melakukan latihan daya tahan (interval training) secara perseorangan, berpasangan dan berkelompok dengan koordinasi yang baik. • Melakukan tes kebugaran jasmani untuk siswa SMP (lari cepat 50 meter, angkat tubuh/60 detik, baring duduk/60 detik, loncat tegak, lari jauh/800 pi dan 1.000 m pa) dengan sungguh-sungguh <p>Mengkomunikasikan</p> <ul style="list-style-type: none"> • Melakukan latihan kebugaran jasmani dengan sistem sirkuit dengan menekankan pada nilai-nilai sportif, bertanggungjawab, menghargai perbedaan, kerjasama, toleransi, disiplin dan menerima kekalahan dan mengekspresikan kemenangan secara wajar selama melakukan perlombaan. • Menunjukkan perilaku bertanggung jawab dalam menggunakan dan merawat peralatan permainan • Mau bermain dengan semua teman tanpa 	<p>gerak</p> <p>Tes: Prinsip dan konsep keterampilan gerak</p>		

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
		<p>membeda-bedakan agama, suku, dan kemampuan</p> <ul style="list-style-type: none"> • Disiplin mengikuti aturan yang disepakati • Menunjukkan perilaku sportif selama bermain • Menunjukkan perilaku menerima kekalahan dan mengekspresikan kemenangan tidak berlebih • Memberikan saran perbaikan keterampilan kepada teman selama melakukan permainan • Mendiskusikan dan membuat kesimpulan tentang aktivitas kebugaran secara sederhana berkelompok dengan menunjukkan kerjasama 			

Nama Sekolah : SMP N 1 Prambanan Klaten
 Kelas/Semester : VIII
 Kompetensi Inti :

1. Menghargai dan menghayati ajaran agama yang dianutnya.
2. Menghargai dan menghayati perilaku jujur, disiplin, tanggungjawab, peduli (toleransi, gotong royong), santun, percaya diri, dalam berinteraksi secara efektif dengan lingkungan sosial dan alam dalam jangkauan pergaulan dan keberadaannya.
3. Memahami dan **menerapkan** pengetahuan (faktual, konseptual, dan prosedural) berdasarkan rasa ingin tahunya tentang ilmu pengetahuan, teknologi, seni, budaya terkait fenomena dan kejadian tampak mata.
4. Mengolah, **menyaji**, dan **menalar** dalam ranah konkret (menggunakan, mengurai, merangkai, memodifikasi, dan membuat) dan ranah abstrak (menulis, membaca, menghitung, menggambar, dan mengarang) sesuai dengan yang dipelajari di sekolah dan sumber lain yang sama dalam sudut pandang/teori.

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
1.1 Menghayati dan mengamalkan nilai-nilai agama yang dianut dalam melakukan aktivitas jasmani, permainan, dan olahraga, dicerminkan dengan: a. Pembiasaan perilaku berdo'a sebelum dan sesudah pelajaran. b. Selalu berusaha secara maksimal dan tawakal dengan hasil akhir. c. Membiasakan berperilaku baik dalam berolahraga dan latihan. 2.1 Berperilaku sportif dalam bermain. 2.2 Bertanggung jawab dalam penggunaan sarana dan prasarana pembelajaran	Renang Gaya Dada	Mengamati <ul style="list-style-type: none"> • Berdoa sebelum dan setelah pelajaran • Membaca informasi tentang konsep keterampilan dasar renang gaya dada, dan • Mencari informasi lain tentang konsep keterampilan dasar renang gaya dada dari berbagai sumber media cetak atau elektronik, atau • Mengamati perlombaan renang renang gaya dada secara langsung dan atau di TV/Video dan membuat catatan tentang konsep keterampilan dasar renang gaya dada dan membuat catatan hasil pengamatan. Menanya <ul style="list-style-type: none"> • Mempertanyakan jenis latihan untuk meningkatkan keterampilan renang gaya dada' • Mempertanyakan pengaruh renang gaya dada terhadap kesehatan tubuh • Mempertanyakan otot-otot yang dominan bekerja 	Unjuk kerja: Untuk mengukur keterampilan gerak aspek psikomotor Observas: Untuk mengukur keterampilan gerak dan perilaku selama aktifitas Portofolio: Tulisan atau hasil kerja berupa kajian konsep dan prinsip permainan serta keterampilan	6 JP	<ul style="list-style-type: none"> • Kolam renang • Pelampung renang • Kaca mata renang • Peluit • Sumber: Buku Penjasorkes SMP Kelas VIII,

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
<p>serta menjaga keselamatan diri sendiri, orang lain, dan lingkungan sekitar.</p> <p>2.3 Menghargai perbedaan karakteristik individual dalam melakukan berbagai aktivitas fisik.</p> <p>2.4 Menunjukkan kemauan kerjasama dalam melakukan berbagai aktivitas fisik .</p> <p>2.5 Toleransi dan mau berbagi dengan teman dalam melakukan berbagai aktivitas fisik.</p> <p>2.6 Disiplin selama melakukan berbagai aktivitas fisik.</p> <p>2.7 Menerima kekalahan dan kemenangan dalam permainan.</p> <p>3.8 Memahami konsep keterampilan dua gaya renang berbeda</p> <p>4.8 mempraktikkan keterampilan dua gaya renang dengan koordinasi yang lebih baik</p>		<p>dalam aktivitas renang gaya dada</p> <p>Eksplorasi</p> <ul style="list-style-type: none"> Melakukan teknik gerakan kaki renang gaya dada secara perseorangan, berpasangan dan berkelompok dengan koordinasi yang baik. Melakukan teknik gerakan lengan renang gaya dada secara perseorangan, ber-pasangan dan berkelompok dengan koordinasi yang baik. Melakukan rangkaian gerakan kaki dan lengan renang gaya dada secara perseorangan, berpasangan dan ber-kelompok dengan koordinasi yang baik. Melakukan rangkaian gerakan kaki, lengan, dan mengambil napas renang gaya dada secara perseorangan, ber-pasangan dan berkelompok dengan koordinasi yang baik. Melakukan rangkaian gerakan kaki, lengan, mengambil napas, dan koordinasi gerakan renang gaya dada secara perseorangan, berpasangan dan berkelompok dengan koordinasi yang baik. Mendiskusikan dan membuat kesimpulan tentang aktivitas renang secara sederhana berkelompok dengan menunjukkan kerjasama <p>Mengasosiasi</p> <ul style="list-style-type: none"> Menemukan hubungan antara keterampilan renanga gaya dada (gerakan tangan, gerakan kaki, dan teknik mengapung) dengan kecepatan 	<p>gerak</p> <p>Tes: Prinsp dan konsep keterampilan gerak</p>		

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
		<p>berenang</p> <ul style="list-style-type: none"> Menemukan hubungan aktivitas renang dengan kesehatan tubuh <p>Mengkomunikasikan</p> <ul style="list-style-type: none"> Melakukan perlombaan renang gaya dada menempuh jarak (25 m atau 50 m) dalam bentuk perlombaan dengan menekankan pada nilai-nilai sportif, bertanggungjawab, menghargai perbedaan, kerjasama, toleransi, disiplin dan menerima kekalahan dan mengekspresikan kemenangan secara wajar selama melakukan perlombaan. Menunjukkan perilaku bertanggung jawab dalam menggunakan dan merawat peralatan peramaian Mau bermain dengan semua teman tanpa membedakan agama, suku, dan kemampuan Disiplin mengikuti aturan yang disepakati Menunjukkan perilaku sportif selama bermain Menunjukkan perilaku menerima kekalahan dan mengekspresikan kemenangan tidak berlebih Memberikan saran perbaikan keterampilan kepada teman selama melakukan permainan 			
	Renang Gaya Punggung	<p>Mengamati</p> <ul style="list-style-type: none"> Berdoa sebelum dan setelah pelajaran Membaca informasi tentang konsep keterampilan dasar renang gaya punggung, dan 	Unjuk kerja: Untuk mengukur keterampilan gerak aspek psikomotor		

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
		<ul style="list-style-type: none"> Mencari informasi lain tentang konsep keterampilan dasar renang gaya punggung dari berbagai sumber media cetak atau elektronik, atau Mengamati perlombaan renang renang gaya punggung secara langsung dan atau di TV/Video dan membuat catatan tentang konsep keterampilan dasar renang gaya punggung dan membuat catatan hasil pengamatan. <p>Menanya</p> <ul style="list-style-type: none"> Mempertanyakan jenis latihan untuk meningkatkan keterampilan renang gaya punggung Mempertanyakan pengaruh renang gaya punggung terhadap kesehatan tubuh Mempertanyakan otot-otot yang dominan berkerja lebih banyak dalam aktivitas renang gaya punggung <p>Eksplorasi</p> <ul style="list-style-type: none"> Melakukan teknik gerakan kaki renang gaya punggung secara perseorangan, ber-pasangan dan berkelompok dengan koordinasi yang baik. Melakukan teknik gerakan lengan renang gaya punggung secara perseorangan, ber-pasangan dan berkelompok dengan koordinasi yang baik. Melakukan rangkaian gerakan kaki dan lengan renang gaya punggung secara per-seorangan, berpasangan dan berkelompok dengan 	<p>Observas: Untuk mengukur keterampilan gerak dan perilaku selama aktifitas</p> <p>Portofolio: Tulisan atau hasil kerja berupa kajian konsep dan prinsip permainan serta keterampilan gerak</p> <p>Tes: Prinsip dan konsep keterampilan gerak</p>		

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
		<p>koordinasi yang baik.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Melakukan rangkaian gerakan kaki, lengan, dan mengambil napas renang gaya punggung secara perseorangan, ber-pasangan dan berkelompok dengan koordinasi yang baik. • Melakukan rangkaian gerakan kaki, lengan, mengambil napas, dan koordinasi gerakan renang gaya punggung secara perseorangan, berpasangan dan berkelompok dengan koordinasi yang baik. • Mendiskusikan dan membuat kesimpulan tentang aktivitas renang secara sederhana berkelompok dengan menunjukkan kerjasama <p>Mengasosiasi</p> <ul style="list-style-type: none"> • Menemukan hubungan berbagai keterampilan (gerakan tangan , mengapung, dan gerakan kaki) dengan kecepatan renang gaya punggung • Menemukan pola pergerakan (gerakan tangan , mengapung, dan gerakan kaki) yang paling sesuai untuk kebutuhan sendiri <p>Mengkomunikasikan</p> <ul style="list-style-type: none"> • Melakukan perlombaan renang gaya punggung me-nempuh jarak (25 m atau 50 m) dalam bentuk per-lombaan dengan menekankan pada nilai-nilai sportif, bertanggungjawab, meng-hargai perbedaan, kerjasama, toleransi, disiplin dan menerima kekalahan dan mengekspresikan kemenangan secara wajar selama melakukan 			

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
		<p>perlombaan.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Menunjukkan perilaku bertanggung jawab dalam menggunakan dan merawat peralatan permainan • Mau bermain dengan semua teman tanpa membedakan agama, suku, dan kemampuan • Disiplin mengikuti aturan yang disepakati • Menunjukkan perilaku sportif selama bermain • Menunjukkan perilaku menerima kekalahan dan mengekspresikan kemenangan tidak berlebih • Memberikan saran perbaikan keterampilan kepada teman selama melakukan permainan 			

Nama Sekolah : SMP N 1 Prambanan Klaten
 Kelas/Semester : VIII
 Kompetensi Inti :

1. Menghargai dan menghayati ajaran agama yang dianutnya.
2. Menghargai dan menghayati perilaku jujur, disiplin, tanggungjawab, peduli (toleransi, gotong royong), santun, percaya diri, dalam berinteraksi secara efektif dengan lingkungan sosial dan alam dalam jangkauan pergaulan dan keberadaannya.
3. Memahami dan **menerapkan** pengetahuan (faktual, konseptual, dan prosedural) berdasarkan rasa ingin tahunya tentang ilmu pengetahuan, teknologi, seni, budaya terkait fenomena dan kejadian tampak mata.

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
1.1 Menghayati dan mengamalkan nilai-nilai agama yang dianut dalam melakukan aktivitas jasmani, permainan, dan olahraga, dicerminkan dengan: a. Pembiasaan perilaku berdoa sebelum dan sesudah pelajaran. b. Selalu berusaha secara maksimal dan tawakal dengan hasil akhir. c. Membiasakan berperilaku baik dalam berolahraga dan latihan. 2.1 Berperilaku sportif dalam bermain. 2.2 Bertanggung jawab dalam penggunaan sarana dan prasarana pembelajaran serta menjaga keselamatan diri sendiri, orang lain, dan	Seks Bebas dan Narkoba	Mengamati <ul style="list-style-type: none"> Berdoa sebelum dan setelah pelajaran Membaca informasi tentang prinsip-prinsip pencegahan terhadap bahaya seks bebas, NAPZA, dan obat berbahaya Mencari informasi lainnya tentang prinsip-prinsip pencegahan terhadap bahaya seks bebas, NAPZA, dan obat berbahaya dari berbagai sumber media cetak dan elektronik Menanya <ul style="list-style-type: none"> Mempertanyakan penyebab terjadinya seks bebas di kalangan remaja Mempertanyakan penyebab penggunaan NAPZA, dan obat berbahaya Mempertanyakan jalan keluar untuk menghindari diri sendiri dari perilaku seks bebas dan penggunaan NAPZA, dan obat berbahaya Eksplorasi <ul style="list-style-type: none"> Mendiskusikan tentang (dampak seks bebas, 	Observas: Untuk mengukur keterampilan gerak dan perilaku selama aktifitas Portofolio: Tulisan atau hasil kerja berupa kajian konsep dan prinsip permainan serta keterampilan gerak Tes: Prinsip dan konsep keterampilan gerak	6 JP	<ul style="list-style-type: none"> Laptop LCD Alat praga Poster Sumber: Buku Penjasorkes SMP Kelas VIII,

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
<p>lingkungan sekitar.</p> <p>2.3 Menghargai perbedaan karakteristik individual dalam melakukan berbagai aktivitas fisik.</p> <p>2.4 Menunjukkan kemauan kerjasama dalam melakukan berbagai aktivitas fisik .</p> <p>2.5 Toleransi dan mau berbagi dengan teman dalam melakukan berbagai aktivitas fisik.</p> <p>2.6 Disiplin selama melakukan berbagai aktivitas fisik.</p> <p>2.7 Menerima kekalahan dan kemenangan dalam permainan.</p> <p>3.9. Memahami prinsip-prinsip pencegahan terhadap bahaya seks bebas, NAPZA, dan obat berbahaya lainnya, bagi diri sendiri, keluarga dan masyarakat</p> <p>4.9 Melakukan tindakan pencegahan terhadap bahaya seks bebas, NAPZA, dan obat berbahaya lainnya, bagi diri sendiri, keluarga dan masyarakat</p>		<p>prinsip-prinsip pencegahan terhadap seks bebas, cara-cara mencegah seks bebas dari diri sendiri, cara-cara mencegah seks bebas dari keluarga, cara-cara mencegah seks bebas dari masyarakat)</p> <ul style="list-style-type: none"> Mendiskusikan tentang (prinsip-prinsip pencegahan terhadap penggunaan narkoba, cara-cara pencegahan penggunaan narkoba dari diri sendiri, cara-cara pencegahan penggunaan narkoba dari keluarga, cara-cara pencegahan penggunaan narkoba dari masyarakat. <p>Mengasosiasi</p> <ul style="list-style-type: none"> Menemukan hubungan perilaku sehari-hari yang dapat menyebabkan terjerumus ke dalam seks bebas, dan penggunaan NAPZA dan obat berbahaya lainnya <p>Mengkomunikasikan</p> <ul style="list-style-type: none"> Mempresentasikan hasil diskusi secara berkelompok tentang prinsip-prinsip pencegahan terhadap penggunaan narkoba, cara-cara pencegahan penggunaan narkoba dari diri sendiri, cara-cara pencegahan penggunaan narkoba 			

Nama Sekolah : SMP N 1 Prambanan Klaten
 Kelas/Semester : VIII
 Kompetensi Inti :

1. Menghargai dan menghayati ajaran agama yang dianutnya.
2. Menghargai dan menghayati perilaku jujur, disiplin, tanggungjawab, peduli (toleransi, gotong royong), santun, percaya diri, dalam berinteraksi secara efektif dengan lingkungan sosial dan alam dalam jangkauan pergaulan dan keberadaannya.
3. Memahami dan **menerapkan** pengetahuan (faktual, konseptual, dan prosedural) berdasarkan rasa ingin tahunya tentang ilmu pengetahuan, teknologi, seni, budaya terkait fenomena dan kejadian tampak mata.

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
1.1 Menghayati dan mengamalkan nilai-nilai agama yang dianut dalam melakukan aktivitas jasmani, permainan, dan olahraga, dicerminkan dengan: a. Pembiasaan perilaku berdoa sebelum dan sesudah pelajaran. b. Selalu berusaha secara maksimal dan tawakal dengan hasil akhir. c. Membiasakan berperilaku baik dalam berolahraga dan latihan. 2.1 Berperilaku sportif dalam bermain. 2.2 Bertanggung jawab dalam penggunaan sarana dan prasarana pembelajaran serta menjaga keselamatan diri sendiri, orang lain, dan lingkungan sekitar. 2.3 Menghargai perbedaan karakteristik individual dalam melakukan berbagai aktivitas fisik. 2.4 Menunjukkan kemauan kerjasama dalam melakukan berbagai aktivitas fisik . 2.5 Toleransi dan mau berbagi dengan teman dalam melakukan berbagai	Gizi Makanan	Mengamati <ul style="list-style-type: none"> • Berdoa sebelum dan setelah pelajaran • Membaca informasi tentang konsep pola makan sehat, bergizi dan seimbang • Mencari informasi lainnya tentang konsep pola makan sehat, bergizi dan seimbang dari berbagai sumber media cetak dan elektronik Menanya <ul style="list-style-type: none"> • Mempertanyakan berbagai jenis makan sehat, bergizi dan seimbang • Mempertanyakan pengaruh makan sehat, bergizi dan seimbang terhadap kesehatan Eksplorasi <ul style="list-style-type: none"> • Mendiskusikan materi tentang (macam-macam makanan dan minuman yang sehat bagi tubuh 	Observas: Untuk mengukur keterampilan gerak dan perilaku selama aktifitas Portofolio: Tulisan atau hasil kerja berupa kajian konsep dan prinsip permainan serta keterampilan gerak Tes: Prinsip dan konsep keterampilan gerak	3 JP	<ul style="list-style-type: none"> • Laptop • LCD • Alat praga • Poster • Sumber: Buku Penjasorkes SMP Kelas VIII,

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
aktivitas fisik. 2.6 Disiplin selama melakukan berbagai aktivitas fisik. 2.7 Menerima kekalahan dan kemenangan dalam permainan. 3.10 Memahami konsep pola makan sehat, bergizi dan seimbang 4.10 Menyajikan hasil informasi berkaitan dengan pola makan sehat, bergizi dan seimbang		manusia, hubungan antara makanan dan kesehatan; pengetahuan tentang makanan sehat; pengetahuan tentang gizi salah; dan usaha-usaha perbaikan gizi yang telah dilaksanakan di Indonesia) <ul style="list-style-type: none"> Mendiskusikan tentang pengaruh gizi terhadap daya kerja; pengaruh gizi terhadap daya tahan, dan pengaruh gizi terhadap pertumbuhan jasmani dan mental. <p>Mengasosiasi</p> <ul style="list-style-type: none"> Menemukan hubungan makan sehat, bergizi dan seimbang dengan kesehatan <p>Mengkomunikasikan</p> <ul style="list-style-type: none"> Mempresentasikan hasil diskusi secara berkelompok tentang makan sehat, bergizi dan seimbang 			

Nama Sekolah : SMP N 1 Prambanan Klaten
 Kelas/Semester : VIII
 Kompetensi Inti :

1. Menghargai dan menghayati ajaran agama yang dianutnya
2. Menghargai dan menghayati perilaku jujur, disiplin, tanggung awab, peduli (toleransi, gotong royong), santun, percaya diri, dalam berinteraksi secara efektif dengan lingkungan social dan alam dalam jangkauan pergaulan dan keberadaannya.
3. Memahami dan menerapkan pengetahuan (faktual, konseptual, dan prosedural) berdasarkan rasa ingin tahunya tentang ilmu pengetahuan, teknologi, seni, budaya terkait fenomena dan kejadian tampak mata
4. Mengolah, menyaji, dan menalar dalam ranahk onkret (menggunakan, mengurai, merangkai, memodifikasi, dan membuat) dan ranah abstrak (menulis, membaca, menghitung, menggambar, dan mengarang) sesuai dengan yang dipelajari di sekolah dan sumber lain yang sama dalam sudut pandang/teori.

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
1.1 Menghayati dan mengamalkan nilai-nilai agama yang dianut dalam melakukan aktivitas jasmani, permainan, dan olahraga, dicerminkan dengan: a. Pembiasaan perilaku berdoa sebelum dan sesudah pelajaran. b. Selalu berusaha secara maksimal dan tawakal dengan hasil akhir. c. Membiasakan berperilaku baik dalam berolahraga dan latihan. 2.1 Berperilaku sportif dalam bermain. 2.2 Bertanggung jawab dalam penggunaan sarana dan prasarana pembelajaran serta menjaga keselamatan diri sendiri,	Manfaat aktivitas fisik	Mengamati <ul style="list-style-type: none"> Berdoa sebelum dan setelah pelajaran Membaca informasi tentang manfaat jangka panjang dari partisipasi dalam aktivitas fisik Mencari informasi lainnya tentang manfaat jangka panjang dari partisipasi dalam aktivitas fisik dari berbagai sumber media cetak dan elektronik Menanya <ul style="list-style-type: none"> Mempertanyakan manfaat jangka panjang dari partisipasi dalam aktivitas fisik Mempertanyakan dampak dari kekurangan gerak terhadap kesehatan tubuh Mempertanyakan penyakit-penyakit akibat kekurangan gerak 	Observas: Untuk mengukur keterampilan gerak dan perilaku selama aktifitas Portofolio: Tulisan atau hasil kerja berupa kajian konsep dan prinsip permainan serta keterampilan gerak Tes: Prinsip dan konsep keterampilan	3 JP	<ul style="list-style-type: none"> Laptop LCD Alat praga Poster Sumber: Buku Penjasorkes SMP Kelas VIII,

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
<p>orang lain, dan lingkungan sekitar.</p> <p>2.3 Menghargai perbedaan karakteristik individual dalam melakukan berbagai aktivitas fisik.</p> <p>2.4 Menunjukkan kemauan kerjasama dalam melakukan berbagai aktivitas fisik .</p> <p>2.5 Toleransi dan mau berbagi dengan teman dalam melakukan berbagai aktivitas fisik.</p> <p>2.6 Disiplin selama melakukan berbagai aktivitas fisik.</p> <p>2.7 Menerima kekalahan dan kemenangan dalam permainan.</p> <p>3.11 Memahami manfaat jangka panjang dari partisipasi dalam aktivitas fisik secara teratur</p> <p>4.11 Menyajikan hasil informasi berkaitan dengan manfaat jangka panjang dari partisipasi dalam aktivitas fisik secara teratur</p>		<p>Eksplorasi</p> <ul style="list-style-type: none"> • Mendiskusikan manfaat jangka panjang dari partisipasi dalam aktivitas fisik dan membuat laporan hasil diskusi • Mendiskusikan dampak dari kekurangan gerak terhadap kesehatan tubuh dan membuat laporan hasil diskusi • Mendiskusikan penyakit-penyakit akibat kekurangan gerak dan membuat laporan hasil diskusi <p>Mengasosiasi</p> <ul style="list-style-type: none"> • Menemukan hubungan aktivitas fisik secara teratur dengan kesehatan <p>Mengkomunikasikan</p> <ul style="list-style-type: none"> • Mempresentasikan hasil diskusi secara berkelompok 	gerak		

Nama Sekolah : SMP N 1 Prambanan Klaten
 Kelas : VIII
 Kompetensi Inti :

1. Menghargai dan menghayati ajaran agama yang dianutnya
2. Menghargai dan menghayati perilaku jujur, disiplin, tanggung awab, peduli (toleransi, gotong royong), santun, percaya diri, dalam berinteraksi secara efektif dengan lingkungan social dan alam dalam jangkauan pergaulan dan keberadaannya.
3. Memahami dan menerapkan pengetahuan (faktual, konseptual, dan prosedural) berdasarkan rasa ingin tahunya tentang ilmu pengetahuan, teknologi, seni, budaya terkait fenomena dan kejadian tampak mata
4. Mengolah, menyaji, dan menalar dalam ranah konkret (menggunakan, mengurai, merangkai, memodifikasi, dan membuat) dan ranah abstrak (menulis, membaca, menghitung, menggambar, dan mengarang) sesuai dengan yang dipelajari di sekolah dan sumber lain yang sama dalam sudut pandang/teori.

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
1.1 Menghayati dan mengamalkan nilai-nilai agama yang dianut dalam melakukan aktivitas jasmani, permainan, dan olahraga, dicerminkan dengan: a. Pembiasaan perilaku berdoa sebelum dan sesudah pelajaran. b. Selalu berusaha secara maksimal dan tawakal dengan hasil akhir. c. Membiasakan berperilaku baik dalam berolahraga dan latihan. 2.1 Berperilaku sportif dalam bermain. 2.2 Bertanggung jawab dalam penggunaan sarana dan prasarana pembelajaran	Denyut jantung	Mengamati <ul style="list-style-type: none"> Berdoa sebelum dan setelah pelajaran Membaca informasi tentang metode untuk memonitor denyut jantung dan Mencari informasi lainnya tentang metode untuk memonitor denyut jantung dari berbagai sumber media cetak atau elektronik Menanya <ul style="list-style-type: none"> Mempertanyakan cara dan manfaat menghitung denyut jantung Mempertanyakan alat yang digunakan untuk mendeteksi denyut jantung Mempertanyakan penyebab meningkatnya denyut jantung Eksplorasi <ul style="list-style-type: none"> Mendeteksi dan menghitung denyut jantung pada berbagai bagian tubuh 	Unjuk kerja: Untuk mengukur keterampilan gerak aspek psikomotor Observasi: Untuk mengukur keterampilan gerak dan perilaku selama aktifitas Portofolio: Tulisan atau hasil kerja berupa kajian konsep dan prinsip permainan serta keterampilan	3 JP	<ul style="list-style-type: none"> Laptop LCD Alat praga Poster Sumber: Buku Penjasorkes SMP Kelas VIII,

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
<p>serta menjaga keselamatan diri sendiri, orang lain, dan lingkungan sekitar.</p> <p>2.3 Menghargai perbedaan karakteristik individual dalam melakukan berbagai aktivitas fisik.</p> <p>2.4 Menunjukkan kemauan kerjasama dalam melakukan berbagai aktivitas fisik .</p> <p>2.5 Toleransi dan mau berbagi dengan teman dalam melakukan berbagai aktivitas fisik.</p> <p>2.6 Disiplin selama melakukan berbagai aktivitas fisik.</p> <p>2.7 Menerima kekalahan dan kemenangan dalam permainan.</p> <p>3.12 Memahami metode untuk memonitor denyut jantung</p> <p>4.12 Menghitung denyut jantung</p>		<p>Mengasosiasi</p> <ul style="list-style-type: none"> Menemukan hubungan antara jenis aktivitas fisik dengan denyut jantung <p>Mengkomunikasikan</p> <ul style="list-style-type: none"> Menghitung denyut jantung secara individual Mempresentasikan cara memonitor pengukuran denyut jantung secara berkelompok 	<p>gerak</p> <p>Tes: Prinsip dan konsep keterampilan gerak</p>		